

Band I. April 1904. Heft 4.

Anmerkungen des Herausgebers.

In der „Daily Mail" war vor nicht allzu langer Zeit ein Artikel, der ein Beweis war von der Anteilnahme der öffentlichen Meinung über die Wichtigkeit unserer Lehre. Dieser Artikel, ein Auszug aus dem Buche: „Die Macht des Geistes oder der geistige Führer durch die Medizin" von Dr. Alfred T. Schofield, behandelt die geistige Heilung auf durchgehend intelligente Weise.

Die „Daily Mail" schreibt: „Der Einfluß der Medizin hängt größtenteils von der Wirkung ab, die sie auf den Geist des Patienten ausübt. Davon zeugt die Tatsache, daß eine neueingeführte Medizin gewöhnlich Wunder bewirkt, und daß Heilmethoden, die sich überlebt haben, auch den größten Teil ihrer therapeutischen Wirkung verlieren." In der Tat ist die Wirkung der meisten Medizinen ebenso oft auf psychischem, wie auf physischem Wege hervorgebracht. William Gull, der berühmte Physiologe, vertrat gleichfalls diese Ansicht. Er selbst verschrieb gegen Leiden, die mehr in der Phantasie, als in der Wirklichkeit bestanden, jedoch darum nicht minder quälend waren, gebrannten Zucker, den er mit der abgekürzten lateinischen Formel auf das Rezept schrieb. Es ist selbstverständlich, daß gebrannter Zucker, in Wasser aufgelöst, keine hervorragende medizinische Wirkung hervorbringt. Und dennoch haben wir für die Wirkung dieses „Medikamentes" nur die Erklärung, daß der Patient gesundete, weil er den Willen und die Überzeugung hatte, gesund zu werden.

Der medizinische Beruf ist im großen ganzen sehr durch die Überlieferung beschränkt, die den menschlichen Körper in einzelne Teile teilt, von denen jeder besonders behandelt werden muß. Die Medizin behandelt im großen ganzen jeden Teil des menschlichen Körpers als eine sinnreich konstruierte Maschine, ohne zu bedenken, daß all' die Glieder dieser Maschine zu einem großen Ganzen zusammenwirken müssen. Es darf uns infolgedessen nicht wundern, daß das Werk von Dr. Schofield keinen allzu großen Anhang unter den Fachgelehrten gefunden hat.

So sicher die Ärzte auch von der Unübertrefflichkeit ihrer Heilmethode überzeugt sind, so groß die Verachtung ist, mit der sie auf alle anderen Methoden herabblicken, so darf es doch nicht vergessen werden, daß vier bis fünf Jahrhunderte lang die psychische Wissenschaft diejenige war, die die Menschen über ihre Krankheiten hinwegbrachte.

Alle diese Methoden sind nur eine Umschreibung für das, was wir geistige Wissenschaft nennen. Und das einzige, was zum Zwecke der Heilung erforderlich ist, ist ein ernstes Wollen von seiten des Behandelnden und der Wille zur Empfänglichkeit von seiten des Patienten. Es gibt eine Anzahl von Regeln, die der Patient befolgen kann, um diesen Zustand der Empfänglichkeit herbeizuführen. Wir, als Vertreter der geistigen Wissenschaft, haben seit langer Zeit diese Tatsachen in unserer Praxis bewiesen, die von der physischen Wissenschaft erst jetzt prophezeit werden.

Wir leugnen nicht, daß die Autosuggestion eine notwendige Begleiterscheinung für den Erfolg ist. Bei

vielen Methoden, die nur physisch zu sein scheinen — wie z. B. bei der Methode des Atemholens — bei den verschiedenen Systemen der Diät, bei der Anwendung gymnastischer Übungen, hängt natürlich sehr viel von der geistigen Beschaffenheit des Patienten ab. So haben viele unserer Leser, die verständig und intelligent genug sind, um eine Methode erfolgreich anzuwenden, erst längere Zeit nutzlos gearbeitet, bis sie dazu kamen, ihren Geist besser zu konzentrieren.

Sie haben es lernen müsssen, sich bei der Anwendung auf den bejahenden Standpunkt zu stellen, d. h. während des Einatmens für sich selbst Macht, Leben und Gesundheit zu verlangen; zu wissen, daß nichts uns überwältigen, nichts uns schaden kann, so lange wir in Verbindung mit dem allmächtigen und allweisen Geiste stehen. Während des Ausatmens werfe man Krankheit und Sorge von sich, um in der Lage zu sein, das für sich zu erwirken, was man als Lebensziel herbeisehnt. Das sind die Gedanken, die uns zum Siege verhelfen! Bloßes mechanisches Atemholen ist zwecklos. In Verbindung mit der wahren geistigen Übung jedoch ist es wirksamer als Medizin, die größtenteils nur ein Reizmittel für unsere Nerven ist.

Der Begriff der Glückseligkeit ist durchaus relativ: was für einen Menschen ein Glück bedeutet, kann für einen anderen ein Unglück sein; was für den kultivierten Menschen eine große Freude ist, kann für den Angehörigen irgend eines wilden Volksstammes eine höchst gleichgiltige Begebenheit sein. So verschieden der Begriff über Glückseligkeit ist, so verschieden ist er über das, was wir heilig nennen. Den höchsten Zustand, den wir mit menschlichem Geist erfassen können, Heiligkeit — die Philosophen Indiens nennen es Moksha —, der Zustand des höchsten Segens, dessen der Mensch teilhaftig werden kann, mag bei einigen auserlesenen Geschöpfen den Zustand der Glückseligkeit herbeiführen, die in der vollständigen Entfaltung der Seele das höchste Ziel sehen, während andere Individuen sich vielleicht glücklich schätzen, wenn sie im Rausch, in der Trunkenheit sind.

Magnetische Heilung.

Von Leonard Hall.

Die wertvollste Idee, die die Bewegung der „Neuen Gedanken" hervorgebracht hat, besteht in der Selbstheilmethode oder in dem Heilverfahren durch andere mittels der magnetischen Kraft, d. h. durch den Strom der Geistesmacht, die den menschlichen Magnetismus leitet, deren Wirkungen größer sind, als wir zu beschreiben vermögen. Die Heilung durch den magnetischen Strom wurde wohl zu allen Zeiten und in allen Ländern — bewußt oder unbewußt — angewandt, um die Gesundheit oder Lebenskraft wiederherzustellen.

Krankheiten beweisen nur, daß ein Mangel an magnetischer Harmonie im Körper vorhanden ist, der die Lebenskraft mindert. Jesus Christus, der große Meister, besaß ohne Zweifel ein hohes Maß dieser magnetischen Heilmacht, mittels deren er durch das Auflegen seiner Hände oder das gesprochene Wort Wunder zu wirken imstande war.

Heutzutage wirken Frauen und Männer Wunder durch diese Methode, und Tausende fanden Erleichterung durch dieses heilige Wunderwerk. Jede Medizin macht das Blut unrein und zerrüttet das Nervensystem. Die meisten Ärzte sind von dieser Tatsache überzeugt, nur sind sie ebenso überzeugt davon, daß die Mehrzahl der Patienten auf ihre Hilfe verzichten würde, falls sie ihnen keine Mixturen mehr verordnete.

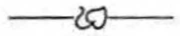
Es gibt kaum eine Krankheit des Körpers, die dem Magnetismus Stand hielte. Ist doch der Magnetismus nichts anderes, als die Lebenskraft selbst, deren Macht in erfahrenen Händen unendlich groß ist. Nur hängt natürlich viel davon ab, ob der Patient in erster Linie von der Heilkraft überzeugt ist, und ob er den Willen hat, gesund zu werden; Menschen, die an nichts glauben, haben auch wenig Hoffnung, zu gesunden und müssen sich selbst die Schmerzen zuschreiben, die sie fühlen. Man kann nicht behaupten, etwas nicht zu glauben.

In einem weiteren Artikel werde ich meinen Lesern noch einige Aufklärung geben über die Wichtigkeit der Mitwirkung der Seele, über Glauben, Hoffnung und Liebe, die zwischen Arzt und dem Patienten herrschen müssen. Beide, Arzt und Patient müssen ihre Kräfte zusammenwirken lassen, um auf diese Weise

eine Art menschlicher Batterie darzustellen.

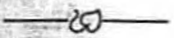
Der Magnetismus und die Macht der Gedanken sind wichtige Faktoren für Gesundheit oder Krankheit, für den Erfolg oder den Mißerfolg.

Über die gewöhnlichen Ursachen der nervösen Krankheiten sagt Professor W. H. Tompson: „Alles, was die moderne Wissenschaft uns über das Nervensystem sagt, läßt große Hoffnungen in uns erwachen. Unsere Nerven bergen einen großen Vorrat von innerer Lebenskraft und verleihen unserem Geiste das, was wir als Interesse zu bezeichnen pflegen. Diese Interessen erhalten unseren Körper in Tätigkeit und das Muskelsystem in Arbeit. Unser Geist wächst ständig, während unser Körper von dem Alter schon gebeugt wird."



Die Furcht des „Onkel Remus".

Joel Chandler Harris, der von seinen Verwandten und allen seinen Bekannten nur Onkel Remus genannt wird, ist einer der schüchternsten Menschen, die es je gegeben. Es bereitet ihm wahre Höllenqualen, einem Menschen vorgestellt zu werden, und es erfüllt ihn mit Entsetzen, mit einem Fremden reden zu müssen. Unglücklicherweise wurde dieses Übel, das nicht seiner Gewohnheit, sondern seinem Temperament entspringt, von seinen Angehörigen so genährt, daß er gar nicht im stande ist, es zu überwinden. Selbst während er arbeitet, muß er ganz allein sein, da er sonst untauglich wäre, auch nur eine Zeile zu schreiben. Als einst in einer Gesellschaft ein Buch von ihm vorgelesen wurde, bekam er dermaßen Lampenfieber, daß er zitterte, und als man ihn bat, selbst einige Zeilen zu lesen, wollte er auf der Stelle das Haus verlassen.

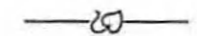


Ein Mittel gegen die Traurigkeit.

Ein bekannter Nervenarzt, der einsah, daß alle Medizin nicht gegen die Melancholie helfen könne, beschloß, seinen Kranken auf andere Weise zu nutzen. Er gab ungefähr folgendes Rezept:

„So lächerlich es auch scheinen mag, lache, so viel du kannst, banne das Lächeln auf deine Lippen, gleichviel von welcher Laune du auch beherrscht wirst."

Er selbst behandelte seine Kranken — hauptsächlich waren es Frauen —, indem er sie in seinem Sprechzimmer mit vielen lustigen Geschichten unterhielt, bis der Schatten eines Lächelns über ihr Gesicht huschte. Dann gebot er ihnen, dieses Lächeln in den Mundwinkeln festzuhalten, um es nie mehr von sich zu lassen, und seine Kur wirkte in den meisten Fällen Wunder. Selbst bei seiner Frau, die launenhaft und verdrießlich war, erzielte er gute Erfolge. Möge jeder, der an Melancholie leidet, es mit diesem Mittel versuchen.



Das neue Jerusalem in Florida.

Man hört oder liest nur selten etwas über das neue Jerusalem der Koresh-Gemeinde in Florida in Amerika. Dr. Cyrus R. Teed als „Koresh" (das hebräische Wort für Cyrus) ist ein bartloser, geistlich gekleideter Mann von ungefähr 60 Jahren, mit großen hellen Augen, bescheiden, mit einer ruhigen Stimme und einem einnehmenden Äußern. Er war Dr. phil. und Dr. theol. und Dozent an der Universität von Koreshan.

„Was unsere neue Stadt anbetrifft," sagt Dr. Teed in einem Gespräch mit einem Journalisten, „so haben wir uns es folgendermaßen gedacht: Ein Kanal soll gebaut werden, und ein Hafen, der in seiner Anlage so schön sein soll, wie irgend ein Kunstwerk, soll den geschäftlichen Verkehr vermitteln."

„Wie viele Personen haben Sie in ihrer Kolonie Lee County?" fragte der Reporter.

„Wir haben nur sechzig, aber ich erwarte diesen Winter noch einige."

„Wie viele Menschen erwarten Sie eventuell?"

„Ich habe 10 000 Anhänger, die alle kommen werden."

„Was werden Sie aber mit all diesen Leuten beginnen?"

„Wir sind auf alle vorbereitet, wir warten nur, daß sie kommen."

Das Leben in der Kolonie.

Die Kolonisten leben teilweise in bequemen Hütten oder in großen

Häusern; ja, es gibt dort Gebäude, die an Größe den Mietshäusern nicht nachstehen. Die Einwohner bauen Gemüse und Früchte; das Land liefert einen außerordentlich reichen Ertrag. Krankheiten sind etwas ganz Unbekanntes in der Gegend, denn das Land selbst ist gesund. Die Mitglieder der Gemeinde teilen sich in zwei Teile: Die Verheirateten und die Unverheirateten. Letztere verrichten priesterliche Dienste; es sind ebenso viel männliche wie weibliche Priester. Die Verheirateten beschränken sich darauf, eine Familie zu gründen und zu unterhalten.

Der Plan des neuen Jerusalem.

Auf die Frage des Reporters, ob die Wohnungen zu einem Dorf gruppiert sind, antwortet der Koresh, indem er ihm einen Plan vorlegte:

„Unser ‚Neues Jerusalem' schließt 30 Quadratmeilen ein. Es ist geometrisch, nach den Prinzipien des Quadrats im Kreise geordnet. Im Mittelpunkt steht der Tempel, ringsherum läuft ein runder Raum von 600 Fuß im Durchmesser. Der Kristallfluß bildet gleichfalls einen Kreis. Vom Tempel gehen strahlenförmig die Straßen aus. Die ganze Kolonie gewährt ein Bild der angewandten Regelmäßigkeit."

„Wieviel Ackerland besitzen Sie jetzt?" fragte der Reporter weiter.

„Wir besitzen ungefähr 1200 bis 2000 Morgen, und die 10000 Menschen, die wir noch zu erwarten haben, müssen untereinander eine Gemeinde bilden und sich selbst kontrollieren."

„Wie denken Ihre Nachbarn von der Kolonie?"

„Die meisten heißen uns willkommen und behandeln uns freundlich. Nur einige, die da glauben, wir rauben ihnen ihr Land, sind gegen uns."

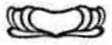
Der Glaube an eine konkave Welt.

Die Koreshaner glauben, die Welt sei konkav und nicht konvex. Sie treten einen eigentümlichen Beweis dafür an, daß wir im Innern und nicht auf der Oberfläche der Erde leben. Sie behaupten, daß die organische, physische Welt oder das Universum aus mehreren übereinander liegenden Rinden besteht, von denen sieben metallisch, fünf mineralisch und fünf geologisch sind mit einer inneren bewohnbaren Oberfläche von Land und Wasser. Die äußerste Rinde besteht aus Gold, die ganze Kruste ist mehrere Meilen dick. Innerhalb der Schale befinden sich die hauptsächlichsten Atmosphären, deren hauptsächlichste die elektromagnetische Sonnenatmosphäre ist. Den Kern derselben bildet das Sternenzentrum.

„Ob wir nun auf der Oberfläche der Erde oder im Innern wohnen, ist ganz gleich; wir wollen wenigstens, daß alle Menschen menschenwürdig wohnen, und daß wir brüderlich miteinander verkehren."

Wir „in den Neuen Gedanken" unterstützen diesen Wunsch aufs herzlichste. Kleinigkeiten nicht zu beachten, heißt unbekannt sein mit dem Urgrund, wo die Entschlüsse geboren und Schicksale beschlossen werden. Das Unbedeutende ist bedeutend, sobald es seinen richtigen Platz erhält. Die ganze Welt besteht aus Zellen, darum laßt uns das Unbedeutende beachten, denn unsere Welt ist nicht nur eine Welt des Unendlichen, sondern auch eine Welt des Kleinsten.

Wir selbst können unser Leben erhaben machen. Longfellow.



Die Ursache der Reizbarkeit.

Die Wurzel aller Reizbarkeit ist die Spannung, in der wir leben. Menschen, die um jeden Preis versuchen, den äußeren Schein zu wahren, Menschen, die da glauben, mehr arbeiten zu müssen, als sie imstande sind, haben allzu straff gespannte Nerven, die bei jeder unerwarteten Berührung, gleich einer morschen Saite, springen.

Menschen, die unter einem ständigen geistigen Drucke leben, geraten bald auch unter einen physischen Druck, denn Seele und Körper stehen in ständiger Wechselwirkung, und solange die Seele arbeitet, hält sie die Muskeln des Körpers in Spannung. Diese Menschen kommen weder zu einem wohltuenden Schlaf, noch zu ir-

gend einer Erholung, sie werden schlaff und ruhelos, denn die Energie, die durch das Hirn in den Körper gelangt, wird nicht genügend genährt, und verschwindet ebenso wie die Lungen schlaff werden, wenn nicht genügend Luft hineingepumpt wird.

Wer zum ersten Male ein Rad besteigt, wird bald müde werden, weil seine Arme und Hände von dem krampfhaften Festhalten an der Lenkstange zu schmerzen beginnen. Man wendet dabei einen großen Teil der Kraft auf, ohne imstande zu sein, neue Kraft zufließen zu lassen. Doch schon nach kurzer Übung lernt man, ein wenig loszulassen, vermindert auf diese Weise die feste Spannung der Muskeln und Nerven und läßt ihnen freie Bewegung, so daß neue Energie in den Körper kommt.

Geist oder Seele, Energie, Substanz, Gott — wie man es auch immer nennen mag — sind immer gegenwärtig, sie alle sind die Macht, die uns bewegt, und es steht in unserem eigenen Willen, uns selbst für ein Leben lang tauglich zu erhalten, indem wir nicht allzu viel Kräfte auf einmal gebrauchen. Wenn wir fortwährend arbeiten, brauchen wir unsere Kräfte in dem gleichen Maße auf, wie wenn wir überhaupt nichts tun.

Haben wir zu viel getan, dann müssen wir eine Zeitlang aussetzen, um neue Kräfte zu sammeln, und sind wir allzu lange müßig gewesen, so sollen wir unsere brach gelegte Kraft üben, auf daß sie zu neuer Tätigkeit erwache. Zu viel und zu wenig Arbeit macht uns krank und steigert unsere Reizbarkeit. Alle Anzeichen der Reizbarkeit sollten uns eine Mahnung sein, uns in unser Inneres zurückzuziehen. Das beste Mittel dagegen ist, sich niederzulegen und seinen Körper und seine Seele ruhen zu lassen. Der Geist muß ausschalten, damit die Kraft der Natur den ganzen Körper durchströme. Scheue nicht die kurze Zeit, die du dadurch verlierst; jede Minute der Ruhe, die du bewußt genießest, stählt und erfrischt deinen Körper, so daß du imstande sein wirst, mehr und freudiger zu arbeiten als ehedem.

Es wird von John Wesley erzählt, daß er an Tagen, an denen er besonders viel leistete, auch besonders viel betete. Er selbst sagte, daß, wenn er viel zu arbeiten hätte, mindestens drei Stunden für Gebete und Betrachtungen erübrigen müsse. Gewöhnlich benutzen die Menschen das umgekehrte Verfahren. Je mehr sie zu arbeiten haben, desto weniger Zeit gönnen sie sich für Erholung, und so ist es nur allzu natürlich, daß die Arbeiten entweder mißlingen oder die Menschen nervös und reizbar werden.

Kann man seine Beschäftigung während der Dauer mehrerer Stunden nicht verlassen, so ist es ratsam, folgende Übungen vorzunehmen: Arbeite langsam und mit Bedacht und atme zur gleichen Zeit tief, voll und regelmäßig. Jedesmal, wenn das Gefühl der Hast über dich kommt, ruhe einen Augenblick, atme sehr langsam und beginne dann wieder deine Arbeit. Unruhe und Spannung der Seele äußern sich gewöhnlich in kurzem, stoßweisem Atem. Die wiederholten Versuche, während der Arbeit tief und voll zu atmen, verleihen dir Übung, so daß es dir bald ein leichtes sein wird, intensiv zu arbeiten und ebenso intensiv zu atmen. Diese Übung hat denselben Wert, wie sich hinzulegen und vollständig auszuruhen.

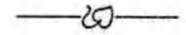
Jede Art der Reizbarkeit entsteht aus dem Bestreben, Arbeiten zu leisten, von denen man fürchtet, sie nicht leisten zu können.

Gedankenlosigkeit legt dazu den Grund, denn man vergißt, daß man eins ist mit der Allmacht des Weltalls; man vergißt, daß das Wort, der Wille die Macht besitzt, zu erschaffen, daß die Quelle aller Dinge der Mensch selbst ist.

Darum sage ich dir: Ziehe dich in dich selbst zurück und denke an die Macht, die in dir wohnt. Hege vor dir selbst Achtung, und die Dinge werden in richtigem Verhältnis zu dir stehen. Benutze deine Macht, um Herr zu sein.

Die Eifersucht entspringt der Mißachtung gegen dich selbst. Du setzest dich in deinen eigenen Augen herab, wenn der Wunsch nach dem Eigentum anderer in dir erwacht.

Hege Achtung vor dir selbst und sei überzeugt davon, daß du gütig, daß du mächtig und voll von Liebe bist. Elizabeth Towne.



Die heilende Macht.

Von Chas. W. Close.

Die Macht, durch die die geistige Heilung bewirkt wird, ist ursprünglich nicht der Geist allein, und nichts wäre weiter von der Wahrheit entfernt, als die Annahme, daß die Verneinung, die Bejahung und das Denken allein den Menschen gesund machen könnte.

Wir alle bilden eine Welle des mächtigen Lebens- und Geistesmeeres. Jeder Mensch ist ein Ausdruck des gewaltigen Lebens oder Geistes, den wir Gott nennen können, und dieser Gott ist ewig und offenbart sich in bedeutenden Persönlichkeiten.

Dieser allgemeine und allmächtige Geist ist die belebende und heilende Macht; die Seele bildet nur den Vermittler, der die Persönlichkeit des Menschen für diese heilende Kraft empfänglich macht.

Wir können uns selbst hypnotisieren, wenn wir eine Krankheit verneinen, trotzdem sich diese oder jene Merkmale vielleicht an unserem Körper zeigen. Der brennende Wunsch, gesund zu sein, und die ausgesprochene Bejahung: „Ich bin gesund", heitert uns selbst oft auf und bringt in den physischen Organismus einen Teil jener Lebenskraft, die das Weltall durchdringt.

Diejenige geistige Handlung jedoch, die mehr als hypnotisch ist, und die die wahre Heilung bewirkt, ist die Anerkennung.

Um den Vorteil der größten heilenden Macht, die der Mensch kennt, zu genießen, müssen wir lernen, uns selbst als den Ausdruck des allmächtigen Lebens anzuerkennen. Wir müssen erkennen lernen, daß wir von der Quelle des Lebens nicht entfernt, sondern mit derselben vereint und imstande sind, deren belebende Energie in uns aufzunehmen.

Eine solche Anerkennung der Vereinigung des menschlichen Geistes mit dem Urquell des Lebens macht unsere Seele und durch die Seele unseren Körper der heilenden Kraft zugänglich.

Die erschaffende Macht des Weltalls ruht in dem Menschen, und wenn wir diese Macht als unser eigenes Ich anerkennen, dann sind wir in der Lage, die vollkommensten Lebenselemente in uns aufzunehmen und zu offenbaren.

Hirn und Körper des Menschen sind dafür erschaffen, den allmächtigen und allgegenwärtigen Geist in sich aufzunehmen. Das Großhirn ist das geistige Gehirn und fixiert den Ausdruck der Persönlichkeit; es zieht die höchsten und reinsten Lebenskräfte an, die sich durch das Kleinhirn und das Nervensystem in erneuerter physischer Lebenskraft offenbaren.

Die Erneuerung der Gesundheit durch geistige Handlung erfolgt zu allen Zeiten durch die Anerkennung der Vereinigung des menschlichen Ich mit dem Urquell alles Lebens. Gott und der Mensch sind eins. Gott ist das allgegenwärtige, allmächtige Leben des Weltalls, während der Mensch der Ausdruck dieses Lebens ist. Wenn der Mensch den Traum der Menschheit, die physische Unsterblichkeit erreichen will, so kann er dies nur durch die positive Anerkennung der Einheit der Persönlichkeit mit dem ewigen Leben und nicht durch ein ängstliches Grübeln über Vergangenheit und Zukunft.

Willst du frei im Geiste sein, so lebe in einer ewigen Gegenwart; leiste jeden Tag das Beste, was du zu leisten imstande bist und erkenne, daß deine Seele deine innerste Wirklichkeit ist. Diese Erkenntnis öffnet dir den Weg zur Offenbarung vollkommenster Gesundheit.

Hoffnung und Zuversicht machen den Menschen sicher, nur der Zweifelnde wankt und mufs gestützt werden.

Wir könnten unseren Glauben verlieren, wenn der Gott, der einst sprach, nicht mehr spräche, und wenn die Offenbarung nicht ein ununterbrochener Fortschritt wäre.

Unsere Stellung im Weltall.

Jede Persönlichkeit ist, nachdem sie ein gewisses Alter oder einen gewissen Grad der Intelligenz erreicht hat, die Schöpfung des Menschen selbst. Dies hat seinen Grund in der Macht der Seele, die bewußt oder unbewußt in dem Menschen lebt und die uns einen bestimmten Platz im Weltall anweist.

Durch unsere Unkenntnis von der Macht der Gedanken können wir eine passive und negative Stellung einnehmen, während die Kenntnis der Macht und Stärke dieser Kräfte uns eine positive Stellung und die Herrschaft über unsere Mitmenschen verschafft. Jeder Mensch schafft sich seine Welt aus seinem Innern heraus, und wenn äußere Kräfte mitwirken, so gestattet es ihnen der Mensch selbst. Es liegt auch in seiner Macht, zu bestimmen, welcher Art diese Kräfte seien, ob sie ihn erheben, ihm Erfolg bringen oder ob sie ihn herabsetzen und Mißgeschick zuziehen.

R. W. Trine.

Wir wissen nichts über die höchste Kraft, obgleich die Wissenschaft schon einen scharf begrenzten Begriff der Idee gibt, dafs alle Formen von Bewegungen nur Formen einer beharrenden Kraft sind, die alle in einer Hauptquelle, der Macht, geboren werden. *Duke of Argyle.*

Die Wahrheit trägt keine Maske, beugt sich vor keinem Menschen und verlangt keinen Beifall; sie will nur gehört werden. *Anon.*

Konzentration.

Von Nancy Mc. Kay Gordon.*)

Lektion IV.

Konzentration ist verschärfte Aufmerksamkeit. Sie ist der Schlüssel, welcher die Türen zu den verborgenen Möglichkeiten im Menschenleben öffnet. Sie ist der Führer, durch den die Gedanken zum Mittelpunkt des Daseins geleitet werden.

Der menschliche Geist ist, wenn er geschult wird, in seinen Möglichkeiten unendlich. Durch Konzentration unserer Gedanken finden wir alle Wahrheiten, die unter der Oberfläche des objektiven Lebens verborgen sind und erlangen auf diese Weise die Kenntnis vom Leben. Nur, wenn wir nicht imstande sind, die Gesetze der Geisteskraft anzuwenden, irren wir. Der Gedanke allein, ohne richtige Leitung, ist wertlos. Er nutzt uns ebenso wenig, wie Kräfte, die wir besitzen und nicht anwenden. Wir selbst können uns also nur die Wege bahnen, die uns zur Höhe führen.

Die Konzentration weitet die engen Grenzen unseres Erdenlebens. Doch wollen wir dies erreichen, so müssen unsere eigenen individuellen Gedanken von innen nach außen gehen und dann zum Mittelpunkt zurückkehren. Alles, was wir wissen, was sich uns offenbart, offenbart sich durch die Konzentration, durch die Macht des Denkens.

Alle Anschauung vom vollendetsten Menschen bis zum kleinsten Atom des organischen Lebens ist die Folge der Tätigkeit des Geistes. Jeder Gedanke ist Geisteskraft, und konzentrierte Gedanken überwinden alle Hindernisse, wenn auch nicht auf den ersten Anhieb, sondern nach und nach. Vielleicht erst nach Wochen, ja nach Jahren.

Doch wirkt die Konzentration der Gedanken nur bei denen, die wahr und ehrlich sind. Derjenige, der die Mittel des Willens nur für das Gute gebraucht, wird bald finden, daß sein Leben sich immer klarer gestaltet, und daß die Nebel, die den Geist beschatten, bald weichen werden.

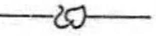
Geistige Anstrengung bringt uns dem Guten und Wahren näher, so daß wir denen helfen können, die in Zweifel und Furcht oder in Unwissenheit und Unglauben leben. In jedem von uns lebt die Kraft, ein Helfer zu sein. Unsichtbar, aber stark, gleich der Liebe, der Logik und der Vernunft, die alle durch die Konzentration angewendet werden können.

Die Gedanken eines unedlen Charakters lassen sich weit schwieriger konzentrieren, weil sie sich nur auf der materiellen Ebene bewegen und niedergedrückt werden. Will man den Gedanken körperlich nehmen, so muß man sagen, daß der reine Gedanke leicht und erhebend ist, während der unreine dick und schwer durch sein eigenes Gewicht niederdrückt. Er selbst beschränkt seine eigene Kraft und verwelkt. Das Gute muß herrschen, diejenigen, die rein im Herzen sind, können einen großen Einfluß ausüben, neues Leben, Energie, Überfluß und Glück befördern. Wenn wir unseren Geist auf das Gute und Wahre zu konzentrieren versuchen, werden wir bald das erlangt haben, was die Weisen als erstrebenswertestes Ziel hinstellen.

Um dieses zu erreichen, müssen wir in erster Linie lernen, standhaft zu bleiben. Wir müssen beständig sein und beharrlich in der Beständigkeit.

Wir sollten uns nicht auf einen Gegenstand konzentrieren, der weder Anstrengung noch Zeit wert ist, und wir sollen unsere Tätigkeit nicht beginnen, wenn wir nicht von vornherein des Erfolges sicher sind.

Und dann sollen wir vorsichtig sein, damit wir unsere Macht nicht zu schnell oder für etwas Unlohnendes mißbrauchen.



Guter Rat.

Den Menschen, die auf dem Meere des Lebens von Furcht und Zweifel hin und hergeworfen werden, will ich den einen guten Rat geben,

*) Siehe Seite 14, 29, sowie 58 u. 59.

der meinen eigenen Erfahrungen entsprungen ist. „Fürchtet euch nicht, sondern nehmet euer Schicksal in die Hand, um es selbst zu leiten." Glaubet nie, daß irgend etwas eurer Umgebung euren Fortschritten hinderlich ist, sondern wisset immer, daß das Gesetz der Gerechtigkeit euch auf euren Platz gestellt hat, damit ihr euch durch treue Pflichterfüllung von allen Fesseln befreit. Denn erst die Tat selbst öffnet euch die Türen zu Kenntnis und Macht. Wenn ihr erst erkannt haben werdet, daß in der Natur ein ewiges Gesetz von Vorrat und Nachfrage besteht, dann erst werdet ihr wissen, daß nur eure eigenen Lehren euch zur Wahrheit führen werden.

Eine eigene Bibel wird für euch erstehen, in der ihr neue Lehren und Gedanken finden werdet. Und ihr werdet zu den „Erwählten" gehören, wenn ihr die Ideen in euch verkörpert, wenn ihr erst empfinden werdet, daß alle Dinge insgesamt für das Gute wirken. Wenn wir erst wissen, daß jedes Leben seine eigene Erfahrung haben muß, dann werden wir lernen, zu urteilen, aber nicht zu verurteilen."

M. O. Coonradt.

Ein merkwürdiger Traum.

Ein Franzose schrieb in Camille Flammarions Buche: „Das Unbekannte": Zwischen meinem Vater und mir bestand ein so hoher Grad von Zuneigung, wie er zwischen Eltern und Kindern fast ungewöhnlich ist.

Eines Abends kam ich von meinen Geschäften totmüde nach Hause und ging gleich zu Bett. Ich schlief fest und tief, daß ich nicht einmal hörte, wie meine Frau das Zimmer betrat. Plötzlich — es mochte etwa gegen 2 Uhr nachts sein — hörte ich einen dumpfen Fall, und in dem Bruchteil der Sekunde, da ich noch mit geschlossenen Augen im Bett lag, erschien vor meinem Geiste die Gestalt meines Vaters, wie er die Treppe herunterfiel. Sofort sprang ich auf und machte eine Bewegung, um ihn zu halten, dabei sprang ich mit großem Geräusch aus dem Bett. Meine Frau erwachte davon und fragte erstaunt, was ich tue; ich erzählte ihr meinen Traum, und sie schlief lachend wieder ein.

Ich konnte jedoch keine Ruhe mehr finden, die ganze Nacht lag ich wachend, fortwährend mit der Frage beschäftigt, ob mein armer Vater sich wohl verletzt habe, und am nächsten Morgen eilte ich nach dem Postamt, um mich auf telegraphischem Wege nach dem Befinden meines Vaters zu erkundigen. Ich erhielt umgehend den Bescheid, daß er gestern nachts um 2 Uhr einen schweren Fall getan habe, der die traurigsten Folgen nach sich ziehen könnte. Sofort eilte ich hin und hatte wenigstens noch das Glück, meinen Vater zu sehen. Den ganzen Weg jedoch beschäftigte mich die eine Frage, wie es möglich sei, daß ich trotz der meilenweiten Entfernung, trotzdem Raum und Zeit zwischen uns lag, meinen Vater in jenem verhängnisvollen Moment erblicken konnte."



Ein Frühlingslied.

Von Uriel Buchanan.

Vergangene Nacht, lange bevor die Dämmerung kam, schritt ich durch weiße Tore in die mystische Stätte der Träume. Ich ging durch das schattige Schweigen, vorbei an herrlichen Tempeln, die wie Perlen glänzten. Ich hörte weder Musik, noch den Ton von Stimmen, selbst der Tritt meines Fußes erweckte kein Echo. In tiefem Schweigen lag das Innere der Stadt; das einzige, was sich bewegte, war ein zauberischer Strom, dessen blaue Wellen müde dahinflossen. Bei dem Tone der Brandung vergessen die müden Menschen die Mühen des Tages, und das müde Herz kommt zur Ruhe. Aus den murmelnden Wellen schien eine süße Stimme mir zuzuflüstern: „Komm zu mir, ich bin der Strom der Vergessenheit, und ich gebe dir Ruhe. Ich bin das Wasser des Lebens, komm und bade hier, und du wirst neugeboren sein." Der Sirenenzauber und die tiefe Einsamkeit zogen mich hinein in die unendliche Ruhe des tiefen Wassers, und hier fand ich Frieden und Vergessenheit.

Dann öffnete ich meine Augen, und ich sah das Licht der Dämmerung. Durch eilende Wolken schimmerte die Farbe des azurnen Himmels. Ich erblickte das zarte Grün der Natur, das mit den prachtvollen Juwelen des Morgens geschmückt war. Ganz leise kam durch die Luft der jubelnde Gesang der Vögel, die das Lied der himmlischen Freiheit flöteten. Ich

fühlte neuen Lebenssaft durch meine Adern rinnen, und mein Herz bebte vor unaussprechlicher Freude.

Wer jemals glauben konnte, daß der Himmel und die Natur leer an Schönheit seien, wer niemals den harmonischen Gesang der Vögel und die brausende Stimme des Windes, der durch Wald und Berg streift, gehört zu haben vermeint, der tauche unter in den Strom der Vergessenheit und trinke von dem Wasser des Lebens. Und wenn er dann an einem hellen Frühlingsmorgen erwachen und die Sonne sehen wird, die ihre Strahlen über die Welt, über das junge Grün ergießt, der wird dann tief und hungrig die frische Luft einatmen, und in das Herz wird die Frische der Jugend zurückkehren, die Hoffnungen werden erwachen, und der Geist wird sich zum Himmel erheben.

Wenn etwas in dir dich zurückzieht zur Natur, um den Pulsschlag ihres Lebens zu fühlen, dann folge dieser Stimme, damit du die goldene Kette mit der Quelle deines Daseins verbindest.

Wenn dein Leben im Einklang steht mit der Natur und mit ihren unveränderlichen Gesetzen, dann werden alle deine Gaben sich entfalten, du wirst zur Größe und Güte gelangen.

Wenn die Fäden sich ununterbrochen spinnen zwischen dir und der Natur, so wird das heilige Feuer deines Herzens geschürt und es wächst dein Mut. Wenn du nur das Gute in allen Dingen siehst, so wird dein Herz erfüllt mit Liebe, mit ehrlichem Verlangen und gutem Willen, und eine glühende Dankbarkeit für dein Leben wird in dir wohnen.

Die Planeten und Sterne auf dem unendlichen Raume, und auf der Erde der Gesang des Windes und der Gewässer, die Größe von Wald und Ebenen, und die Schönheit aller lebenden Dinge rufen voll Beredsamkeit den Menschen zu, sich in der Würde der Macht, die die Natur ihnen verlieh, zu erheben und die Harmonie, die der Tiefe deines Bewußtseins entspringt, zu offenbaren.

Die Orakel des Lebens, die du befragst, werden das Feuer in deinem Hirn entfachen, und durch deinen Körper wird eine nie gekannte Energie strömen, die die Grenzen des Körperlichen von dir streift und dich hinaufhebt zur Höhe.



Eine Vision Karls XI.

Man macht sich über Visionen und über übernatürliche Erscheinungen lustig; einige sind aber so bestätigt, daß, wollte man nicht daran glauben, man, um konsequent zu sein, alle historischen Zeugnisse beiseite werfen müßte.

Ein Protokoll in bester Form, versehen mit der Unterschrift vier glaubwürdiger Zeugen, garantiert die Wahrheit dessen, was ich erzählen will. Ich muß noch hinzufügen, daß die Prophezeiung, die in diesem Protokoll enthalten ist, lange vorher, ehe heutigestags eingetroffene Ereignisse sie in Erfüllung gebracht zu haben scheinen, bekannt und erwähnt worden ist.

Karl XI., der Vater des berühmten Karl XII., war einer der despotischsten, aber auch weisesten Monarchen, die Schweden gehabt hat. Er beschränkte die ungeheuerlichen Privilegien des Adels, vernichtete die Macht des Senates und machte aus eigener Machtvollkommenheit Gesetze. Mit einem Worte: er veränderte die Konstitution des Landes, das bis zu seiner Regierung oligarchisch gewesen war, und zwang die Stände, ihm eine absolute Autorität zuzuerkennen. Er war übrigens ein aufgeklärter Mann, tapfer, der lutherischen Kirche zugetan, von einem unbeugsamen, kalten, positiven Charakter, und entbehrte gänzlich der Einbildungskraft.

Er hatte vor kurzem seine Gemahlin Ulrike Eleonore verloren. Obgleich seine Härte gegen diese Fürstin, wie man sagte, ihr Ende beschleunigt hatte, achtete er sie doch und schien von ihrem Tode mehr betroffen, als man von einem so trockenen Gemüte wie das seinige hätte erwarten können. Seit diesem Ereignis wurde er noch düsterer und schweigsamer als vorher und gab sich der Arbeit mit einem Eifer hin, der das Bedürfnis, peinliche Gedanken zu entfernen, kundgab.

Spät, an einem Herbstabend, saß er in Schlafrock und Pantoffeln vor einem großen Feuer in seinem Kabinett im Schlosse zu Stockholm. Er hatte seinen Kammerherrn, den Grafen Brahe, bei sich, den er mit seiner Gunst beehrte, und den Arzt Baumgarten, der, beiläufig bemerkt, gern den Freigeist

spielte und verlangte, man solle an allem, nur nicht an der Arzneiwissenschaft zweifeln. Diesen Abend hatte ihn Karl wegen irgend einer Unpäßlichkeit kommen lassen.

Die Abendsitzung verlängerte sich gegen Gewohnheit, und der König gab ihnen nicht durch einen „guten Abend" wie gewöhnlich zu verstehen, daß sie sich zurückziehen möchten. Das Haupt vorn übergeneigt und die Augen auf die glühenden Kohlen gerichtet, behauptete er ein tiefes Schweigen; man sah, daß seine Gesellschaft ihn langweilte, aber auch, daß er, ohne zu wissen warum, sich scheute, allein zu bleiben. Der Graf Brahe bemerkte wohl, daß seine Gegenwart nicht sehr angenehm wäre, und hatte schon mehrmals geäußert, Seine Majestät bedürfe wohl der Ruhe; aber eine Handbewegung des Königs hatte ihn auf seinem Platze festgehalten.

Der Doktor sprach seinerseits von dem Schaden, den das Nachtwachen der Gesundheit brächte; aber Karl murmelte zwischen den Zähnen: „Bleibt, ich habe noch keine Neigung zum Schlaf". — Darauf versuchte man es mit allerlei Gegenständen der Unterhaltung, die beim zweiten oder dritten Satz ins Stocken geriet. Es war klar, daß Seine Majestät eine ihrer düsteren Stimmungen hatte, und bei einer solchen Gelegenheit ist die Lage eines Hofmanns eine sehr delikate. Graf Brahe, vermutend, daß die Traurigkeit des Königs von seinem Kummer um den Verlust seiner Gattin käme, sah das Porträt der Königin, das im Kabinett hing, an und sagte mit einem Seufzer: „Das ist ganz ihr zugleich so majestätischer und sanfter Ausdruck!"

„Bah," sagte der König, der jedesmal, wenn man den Namen der Königin vor ihm aussprach, meinte, einen Vorwurf zu hören, „das Porträt ist geschmeichelt, die Königin war häßlich;" und dann innerlich ärgerlich über seine Härte, stand er auf und machte einen Gang durchs Zimmer, um eine Gemütserregung, deren er sich schämte, zu verbergen. Er blieb vor dem Fenster stehen, das auf den Hof ging. Die Nacht war düster, der Mond stand im ersten Viertel.

Das Schloß, in welchem heutigestags die Könige von Schweden residieren, war noch nicht vollendet, und Karl XI., der den Grund dazu gelegt hatte, bewohnte das alte Schloſs, welches an der Spitze des Ritterholms liegt und auf den Mälarsee schaut. Es ist ein großes Gebäude in Gestalt eines Pferdehufs. Das Kabinett des Königs lag am äußersten Ende, und etwa gerade gegenüber lag der große Saal, in welchem die Stände sich versammelten, wenn sie von seiten der Krone eine Mitteilung erhielten.

Die Fenster dieses Saales schienen in diesem Augenblick von hellem Glanz erleuchtet. Das kam dem Könige wunderlich vor. Er glaubte anfangs, dieser Lichtschimmer käme von der Kerze eines Dieners her. Aber was hatte ein solcher in einem Saale zu schaffen, der seit langem nicht geöffnet war? Übrigens war der Schimmer auch zu hell, um durch eine einzige Kerze erzeugt zu sein. Man hätte ihn einer Feuersbrunst zuschreiben können, aber man sah keinen Rauch, die Scheiben waren nicht zerbrochen, und man hörte kein Geräusch. Alles verkündete vielmehr eine feierliche Erleuchtung.

Karl blickte eine Zeitlang schweigend auf diese Fenster. Graf Brahe streckte die Hand nach einem Glockenzuge aus und schickte sich an, einen Pagen herbeizurufen, der sich nach dieser sonderbaren Helle erkundigen sollte; aber der König hielt ihn zurück. „Ich will selber in diesen Saal gehen," sagte er. Bei diesen Worten sah man ihn erbleichen, und seine Physiognomie drückte eine Art religiösen Schrecken aus. Indes er ging mit festem Schritt hinaus, der Kammerherr und der Arzt folgten ihm, jeder von ihnen eine brennende Kerze in der Hand haltend.

Der Schloßdiener, der die Schlüssel in Verwahrung hatte, war schon zu Bette gegangen; Baumgarten weckte ihn und befahl ihm im Namen des Königs, sogleich die Türen des Ständesaals zu öffnen. Die Verwunderung dieses Menschen bei so unerwartetem Befehl war groß; er kleidete sich in aller Eile an und folgte dem König mit seinem Schlüsselbunde. Zuerst öffnete er die Tür einer Galerie, die eine Art Vorzimmer und Durchgang war. Der König trat hinein; aber wie groß war sein Erstaunen, als er sah, daß die Wände ganz schwarz ausgeschlagen waren.

„Wer hat Befehl gegeben, die Wände schwarz auszuschlagen?" fragte er mit zornigem Tone.

„Sire, niemand, so viel ich weiß," antwortete der Diener ganz verblüfft. „Das letzte Mal, daß ich die Galerie habe ausfegen lassen, war sie mit Eichenholz getäfelt, wie sie es immer gewesen ist. Diese Vorhänge kommen sicherlich nicht aus dem Möbellager Ihro Majestät."

Der König, raschen Schrittes vorgehend, war schon über zwei Drittel

der Galerie hinaus. Der Graf und der Diener folgten ihm auf den Fersen, der Doktor Baumgarten blieb ein wenig zurück, geteilt zwischen der Furcht, allein zurückzubleiben, und der, sich einem Abenteuer auszusetzen, das sich in so sonderbarer Weise ankündigte.

„Gehen Sie nicht weiter, Sire," sagte der Diener. „Bei meiner Seele, dahinter steckt Hexerei! Jetzt, seit dem Tode der Königin, Ihrer gnädigen Gemahlin, geht dieselbe, wie man sagt, in dieser Galerie um. Gott beschütze Ihro Majestät!"

„Halten Sie ein, Sire," sagte der Graf seinerseits. „Hören Sie nicht diesen sonderbaren Ton, der aus dem Ständesaal herüberdringt? Wer weiß, welchen Gefahren sich Ihro Majestät aussetzt."

„Sire," sagte Baumgarten, indem er vor dem großen Saal stehen blieb, während ein Windstoß seine Kerze ausblies, „gestatten Sie wenigstens, daß ich eine Kompagnie von Ihren Trabanten holen lasse."

„Laßt uns hineingehen," sagte der König mit fester Stimme, „und du, Saaldiener, öffne uns schnell die Tür." Er stieß mit dem Fuß daran, und das dadurch erzeugte Gekrach hallte im Echo der Gewölbe wie ein Kanonenschuß wider.

Der Diener zitterte dermaßen, daß sein Schlüssel an das Schloß stieß, ohne daß er ihn hineinzustecken vermochte.

„Ein alter Soldat, der zittert," sagte Karl mit den Achseln zuckend. „Rasch, Graf, öffnet uns diese Tür!"

„Sire," antwortete der Graf, einen Schritt zurückweichend, „möge Ihro Majestät mir befehlen, gegen die Mündung einer dänischen oder deutschen Kanone zu marschieren, ich werde, ohne zu schwanken, gehorchen; aber Sie wollen, daß ich der Hölle trotze."

Der König entriß den Schlüssel den Händen des Dieners.

„Ich sehe wohl," sagte er mit einem Tone der Verachtung, „daß dies meine Sache allein ist," und ehe sein Gefolge ihn daran verhindern konnte, hatte er die dicke Eichentür geöffnet und war mit den Worten: „Gott helfe mir!" in den großen Saal getreten. Seine drei Gefährten, von Neugier, die stärker als ihre Furcht war, getrieben, und vielleicht sich schämend, den König zu verlassen, waren mit ihm eingetreten.

Der große Saal war durch eine unendliche Menge von Kerzen erleuchtet. Eine schwarze Umhüllung verdeckte die alten gestaltenreichen Tapeten. Wie gewöhnlich waren reihenweis deutsche, dänische und moskowitische Fahnen, die Trophäen der Armee Gustav Adolfs, an den Wänden aufgestellt. Dazwischen sah man schwedische Banner, die mit schwarzem Trauerflor umhüllt waren. Eine unermeßliche Versammlung bedeckte die Bänke. Die vier Ständeordnungen, der Adel, die Geistlichkeit, die Bürger und Bauern, saßen alle auf ihrem Platz. Alle waren schwarz gekleidet, und diese Menge menschlicher Gesichter, die auf dunklem Hintergrunde hervorleuchteten, blendeten so die Augen der vier Zuschauer, daß sie kein bekanntes Gesicht darunter entdecken konnten. — So sieht ein Schauspieler einem zahlreichen Publikum gegenüber nur eine verworrene Masse, in der seine Augen kein einziges bestimmtes Individuum entdecken können. Auf dem erhabenen Throne, von dem aus der König die Versammlung anzureden pflegte, sahen sie einen Leichnam, der mit den Insignien des Königtums umkleidet war; zu seiner Rechten stand ein Kind, die Krone auf dem Haupt, ein Szepter in der Hand; zur Linken stützte sich ein alter Mann oder vielmehr ein Phantom auf den Thron. Es war mit dem Zeremonienmantel umhüllt, den die früheren Regenten Schwedens trugen, ehe Wasa daraus ein Königreich gemacht hatte. Dem Throne gegenüber saßen verschiedene Personen von strenger, ernster Haltung, in schwarze, lange Gewänder gehüllt, die Richter zu sein schienen, vor einem Tische, der mit großen Foliobänden von Pergament bedeckt war. Zwischen dem Throne und den Bänken der Versammlung stand ein schwarz verhangener Block, auf dem ein Beil lag.

Niemand in dieser übermenschlichen Versammlung schien die Gegenwart Karls und der drei Personen, die ihn begleiteten, zu bemerken. Bei ihrem Eintritt hörten sie zuvörderst nur ein verworrenes Gemurmel, in dem das Ohr keinen accentuierten Ton unterscheiden konnte. Dann stand der älteste der schwarz gekleideten Richter, der die Funktionen des Präsidenten erfüllte, auf und klopfte dreimal mit der Hand auf einen Folioband, der offen vor ihm lag. Darauf folgte sogleich ein tiefes Schweigen. Einige Leute von guter Miene, die reich gekleidet, und deren Hände auf dem Rücken gebunden waren, traten durch eine der, durch welche Karl eingetreten war, gegenüberliegende Tür in den Saal. Sie schritten mit erhobenem Haupt und sicherem Blick einher. Hinter ihnen hielt ein robuster Mann in engem

Wams das Ende des Strickes, der ihre Hände zusammenband. Der vorderste, welcher der wichtigste der Gefangenen zu sein schien, blieb mitten im Saale stehen vor dem Block, den er mit stolzer Verachtung ansah. Im selben Augenblick schien der Leichnam von einem konvulsivischen Zittern ergriffen zu sein, und frisches, rotes Blut floß aus seiner Wunde. Der junge Mann kniete nieder, streckte seinen Kopf vor, das Beil erglänzte in der Luft und fiel mit dumpfem Klange nieder. Ein Blutstrom floß über den Estrich und vermischte sich mit dem Blute des Leichnams, und der Kopf, über den Boden rollend, gelangte bis zu Karls Füßen, die er mit Blut benetzte.

Bis zu diesem Augenblick hatte ihn das Erstaunen stumm gemacht, aber bei dem entsetzlichen Anblick löste sich seine Zunge; er tat einige Schritte bis zur Estrade, und sich an die Person wendend, die mit dem Mantel umkleidet war, sprach er kühn die bekannten Beschwörungsworte aus: „Wenn du Gott bist, sprich, wenn du dem andern angehörst, laß uns in Frieden!"

Das Phantom sprach langsam in feierlichem Tone: „König Karl, dies Blut wird nicht unter deiner Regierung fließen (hier wurde die Stimme weniger vernehmlich), aber fünf Regierungen später. Wehe, wehe, wehe dem Blute Wasas!"

Darauf begannen die Gestalten dieser zahlreichen Versammlung weniger klar zu werden und glichen nur noch gefärbten Schatten; bald aber verschwanden sie ganz, die phantastischen Kerzen erloschen, und die Karls und seines Gefolges erleuchteten allein noch die alten, leicht vom Winde bewegten Tapeten. Man hörte nur noch ein leises, ziemlich melodisches Gemurmel, welches einer der Zeugen mit dem Flüstern des Windes in bewegten Zweigen verglich, ein anderer mit dem Tönen der Saiten einer Harfe, die in dem Augenblick zerspringen, da man sie stimmen will.

Alle äußerten sich einstimmig über die Dauer der Erscheinung, die etwa zwanzig Minuten gedauert hatte.

Die schwarze Umhüllung, das abgeschlagene Haupt, die Blutströme, welche den Boden bedeckt hatten, alles war mit den Phantomen verschwunden, nur Karls Pantoffel bewahrte einen roten Fleck, der allein schon hingereicht haben würde, ihm die Szenen dieser Nacht zurückzurufen, wenn sie nicht schon fest genug in sein Gedächtnis eingegraben gewesen wären.

Wieder in sein Kabinett zurückgekehrt, ließ er die Erzählung dessen, was er gesehen hatte, aufsetzen und durch seine Begleiter unterzeichnen, und unterzeichnete sie selber.

Welche Vorsicht man auch beobachtete, den Inhalt dieses Schriftstückes dem Publikum vorzuenthalten, es wurde doch bald bekannt, selbst noch zu Karls Lebzeiten; es existiert noch, und bis zum heutigen Tage ist es niemandem eingefallen, die Authentizität desselben zu bezweifeln. Die Schlußworte sind bemerkenswert: „Wenn das, was ich hier erzählt habe," sagt der König darin, „nicht die genaueste Wahrheit ist, entsage ich jeder Hoffnung auf ein besseres Leben, das ich etwa verdient haben könnte durch einige gute Handlungen und vor allem durch meine Bemühungen um das Wohlergehen meines Volkes, wie auch durch den Eifer, mit dem ich die Religion meiner Vorfahren aufrecht erhalten habe."

Wenn man sich nun an den Tod Gustav III. und die Hinrichtung Ankarströms, seines Mörders, erinnert, wird man mehr als eine Beziehung zwischen diesem Ereignis und den Umständen jener wunderbaren Vision finden.

Der junge Mann, der im Angesicht der versammelten Stände enthauptet wurde, war Ankarström.

Der gekrönte Leichnam Gustav III. Das Kind sein Sohn und Nachfolger Gustav Adolf IV.

Der Greis der Herzog von Südermanland, Oheim Gustavs IV., welcher Regent des Königreichs und später, nach der Thronenthebung seines Neffen, König wurde.

* * *

Wir entnehmen diese interessante Geistergeschichte, deren Verfasser Prosper Mérimée ist, dem Werke über „Gespenstergeschichten" von Dr. Benno Diederich. (Leipzig, Verlag von Schmidt & Spring.) Der Herausgeber knüpft an die Erzählung folgende kritische Betrachtung:

Die wissenschaftliche Geschichte Schwedens schweigt über das Ereignis, und man sollte doch annehmen, daß etwas so Singuläres nicht übergangen werden dürfe, wo so viel gleichgültigere Dinge in einer Landesgeschichte Platz finden. Die Historiker Schwedens mußten so viel Dokumente lesen, haben so manche über kleine Rang- und Besitzfragen ausführlich behandelt, und dies eine, mit der Unterschrift des Königs selbst, dies sollten sie ganz ausgelassen haben?

Mérimée jedenfalls ist uns nicht ein zureichender Gewährsmann, und damit

fällt das Ganze als historisches Dokument zusammen. Es hat für uns nur das Verdienst einer spannenden Novelle, die uns die Bekanntschaft mit dem interessanten Autor vermittelt, und auch die Bekanntschaft mit einer Geistergeschichte, die ein Muster in ihrer Art ist....

Geistige Reinigung.

Ebenso gut, wie man hie und da eine gründliche Reinigung seiner sämtlichen Gemächer vornimmt, sollte man in seinem Geiste von Zeit zu Zeit von Grund auf aufräumen. Man werfe jede Spur von Aberglauben aus seinem Hirn und auch alte Erinnerungen, die uns quälen. Man reinige seinen Geist von Unentschlossenheit und Furcht, von traurigen Bildern, man öffne die Fenster der Seele, damit die frische Luft des Verständnisses und der Erkenntnis durch die Seele ziehe.

Magnetische Heilung.

Von Leonard Hall.

In meinen vorigen Artikeln sprach ich bereits über die Wichtigkeit des Zusammenwirkens der geistigen Kräfte des Patienten und des Arztes und wies auch darauf hin, daß vieles, was wir bis jetzt gewöhnt waren, als Wunder zu betrachten, nichts weiter sei, als ein natürlicher Vorgang, was folgende Erzählung bestätigen soll:

Vor einigen Monaten wurde ich von einer mir bekannten älteren Dame um Rat gefragt. Sie bat mich flehentlich, zu ihrem Bruder zu kommen, der nach Aussage der Ärzte im Alter von 65 Jahren an Alterschwäche sterben mußte. Ich folgte der Dame zu ihrem Bruder, der mir bis dahin vollständig fremd gewesen war. Er lag zu Bett, sein Körper war tatsächlich so leicht wie eine Feder, trotzdem er keine organische Krankheit hatte. Ich konstatierte einen Mangel an Lebenskraft oder lebensfähigem Magnetismus, und bald erfuhr ich auch, daß er einen großen Teil seiner lebensfähigen Kraft durch Sorgen und den Schmerz über den Tod seiner Frau verschwendet hatte.

Ich redete ihn an und sagte ihm, daß er bald wieder gesund sein würde, wenn er nur seine Seele beruhigen wollte und an das glauben, was ich ihm sagen würde. Er versprach es, und so kam ich jeden Tag, sprach mit ihm, redete mit ihm, und bald bat er mich flehentlich, doch recht oft und recht bald wiederzukommen, da ich ihn — um mit seinen eigenen Worten zu reden — aufheitere. Ich selbst fühlte mich jedoch von der Gesellschaft des Kranken so ermattet und erschöpft, wie nie zuvor, denn ich wußte, daß er meine Kräfte aufsauge.

Und so bat ich ihn um seine Mitwirkung, stellte ihm vor, wie nötig es sei, daß er seine Kräfte mit den meinen vereine, und bald war er so gesund und stark, wie er es nie zuvor gewesen ist.

Möchte die kommende Generation doch lernen, ihre lebensfähigen Kräfte zu bewahren und damit hauszuhalten, so würden ihnen Nervenleiden, frühzeitiges Altern und viele andere Leiden erspart bleiben. So lange wir jedoch an unserer barbarischen, Nerven aufreizenden Tätigkeit festhalten, wird das Leiden sich nicht verringern.

Das Studium der psychotherapeutischen Methode ist besonders den jungen Ärzten sehr zu empfehlen, und viele von ihnen widmen dem Studium große Aufmerksamkeit. Es scheint, daß der Hypnotismus für viele andere Zweige der psychischen Wissenschaft das Eis gebrochen hat, und wir hoffen zuversichtlich, daß die Medizin bald von neuen Ideen durchdrungen sein wird, die sie bisher als Kurpfuscherei und Quacksalberei verwerfen möchte. Hoffentlich werden die Herren Ärzte einsehen lernen, daß sie ihre Medizin und ihre Instrumente durch geistige und magnetische Behandlungen werden ergänzen müssen. Viele Ärzte haben ja bereits die Hypnose, die Wasserkuren und Massage in ihre Praxis aufgenommen, und bald wird die ganze Medizin wohl einen Umschwung und auf diese Weise einen Aufschwung erfahren.

Der beste Rat, den wir den jungen und gesunden Menschen geben können, ist jedoch, ihre Gesundheit und Jugend sich zu erhalten. Sobald es sich nicht um eine Epidemie oder um Unfälle handelt, hat man es mehr oder minder in seiner Gewalt, sich gesund zu erhalten. In erster Linie gehört dazu, im Essen und Trinken strenge Mäßigkeit zu bewahren, mit tiefen und vollen Zügen die Luft einzuatmen, geistige und körperliche Übungen zu machen und sein Denken wohl zu dirigieren, d. h. im Geiste fröhlich zu sein, d. h. ein Herz voll Liebe zu haben und den Wunsch, gesund zu bleiben. Denn nur in einem gesunden Körper wohnt eine gesunde Seele.

Das Gesetz des Willens.

Von Uriel Buchanan.

Die Menschheit beschäftigt sich seit Jahrhunderten mit der Frage, ob der Weg, der zur Wahrheit führt, ein rechter, erstrebenswerter sei.

Der Mensch, der sich zur vollkommenen Wahrheit erheben will, muß sich mit der fortschreitenden Bewegung der Welt vereinen und muß sich selbst freiwillig zum Wohle der Menschheit zu opfern imstande sein.

Die richtigen Antworten auf alle wichtigen Probleme können nicht durch erhabene Betrachtungen, nicht durch Kenntnisse gefunden werden, sondern einzig und allein durch den Lauf des Lebens selbst. Der Mensch, der Erfahrungen sammeln und weise werden will, muß in ständiger Verbindung mit der Menschheit bleiben und die Verantwortungen, die seine Stellung mit sich bringt, übernehmen. Der Mensch schuldet der Welt die Verpflichtung, ihr im Verhältnis zu seinen Fähigkeiten zu dienen, und derjenige, der alle seine Kräfte verwendet, um seinen Mitmenschen die Bürde tragen zu helfen, vereint seine Kräfte mit der bewegenden Kraft des Weltalls. Der erste Schritt, den der Neubekehrte auf seinem Wege machen muß, um den Begriff der Wahrheit zu erfassen, ist der, Kenntnisse zu erlangen. Der menschliche Geist ist begrenzt und kann die absolute Wahrheit nicht erfassen; doch ist er imstande, klare Empfindungen zu erlangen, die ihn dazu befähigen, den verborgenen Sinn der täglichen Erfahrungen zu erfassen und diejenigen Gesetze und Kräfte zu verstehen, die ihn zum Guten beeinflussen und leiten. Die höchste Macht, von der das Weltall regiert wird, will, daß alle erschaffenen Dinge in Harmonie mit den ewigen Gesetzen leben. Und derjenige, der von den Gesetzen seines Daseins abweicht, muß natürlich darunter leiden. Wenn wir unseren höchsten Idealen treu bleiben, dann werden wir die Enttäuschungen, die wir erleben, nur als eine reifende Erfahrung betrachten, die unseren Geist für ein großes Verstehen und uns selbst für die Ausführung großer Pläne vorbereitet.

Wenn wir für das Licht empfänglich sind und ernstlich danach streben, etwas Großes zu leisten, dann werden wir nie ohne Führer im Dunkeln sein. Durch den Nebel der Ungewißheit werden wir sehen lernen; die Wogen des Lebensmeeres, die feindlich zu branden scheinen, werden sich an den Ufern brechen, und der Ton wird das Echo erwecken, daß alles zu unserem Heile ist.

Doch wir müssen wollen. Unter allen sichtbaren Dingen ist der Wille eine bewegende Kraft, die die Unendlichkeit durchdringt und die Schöpfung bewegt. Wir werden unbegrenzte Macht erlangen, wenn wir in Harmonie mit diesem allgemeinem Willen wirken; denn die Willenskraft des Menschen kann sich über seinen Körper erheben, kann ihn befähigen, die Kräfte der Natur zu beherrschen und die Schwingungen der Luft als Übermittler seiner Botschaften und Befehle nach den entferntesten Weltteilen zu benutzen. Die Gewalt des Willens kann Furcht und Unsicherheit verbannen und den Menschen veranlassen, eine würdige Stellung einzunehmen.

Dazu aber müssen wir vieles wagen. Wir müssen wagen, uns von dem Althergebrachten zu befreien; Überlieferungen zu verwerfen, die unserem Heile nachteilig sind; Verbindungen abzubrechen, die uns erniedrigen und hindern, der Wahrheit gemäß zu handeln.

Wollen und Wagen führen uns auf den rechten Weg.

Der Wille sollte geschult werden, nur für das Gute und Rechte zu wirken; wir müßten uns weigern, etwas anzuerkennen, was selbstsüchtig oder gemein ist. Unsere Kräfte sollten wir nur für das Studium und die Selbstentfaltung anwenden, nur auf das sollten wir mit Entschlossenheit hinarbeiten, was wir für unser höchstes Ziel ansehen. Denn der ernste Wunsch, mit den höchsten Gesetzen in Harmonie zu leben, wird unserem Geiste unüberwindlichen Mut geben.

Wenn du dich wegen unzähliger Kleinigkeiten, die sich deinem Leben, deinen Plänen und Zwecken entgegensetzen, ängstigst, wenn dir das Vertrauen in deine Kraft fehlt, so ist dies alles nur, weil du noch nicht zur Kenntnis deines rechtmäßigen Eigentums gelangt bist. Dein Lebensschifflein muß dann entmutigt und hilflos auf den brandenden Wogen des Lebens treiben, wie ein steuerloses Boot, das vom Sturm herumgetrieben wird.

Die Welt ist unser Vermögen! Darum brauchen wir nichts zu fürchten, und uns vor keinem menschlichen Wesen zu beugen. Uns gehört das Recht, die Schönheiten der Natur zu genießen, das Feuer der Gesundheit zu besitzen und die Schätze zu erschließen, die die Erde birgt.

Doch müssen wir tätig und energisch sein, aufrichtig in unseren Handlungen mit den Menschen und unsere Kräfte in gerader Linie für die Erlangung unserer Zwecke benutzen. Wir müssen rein sein am Körper, rein im Herzen, unsere Leidenschaften beherrschen und unsere Zunge bewachen. Der Geist der Liebe und der Begeisterung soll uns in allen Werken leiten. Liebe zu den Menschen, Liebe zur Natur sollen unsere Führer sein. Tausende von Menschen werden ja doch gedrückt und entmutigt durch die Kälte und Gleichgiltigkeit der Welt. Körper und Seele müssen mit dem Geiste der Harmonie in Verbindung sein. Die Farben des Regenbogens, der lachende Sonnenschein in der Natur, der Glanz des Auges, der schnelle Schritt und die graziöse Haltung am Menschen — sie alle drücken den Geist der Harmonie in der Schöpfung aus.

Doch neben der Liebe müssen wir den Glauben haben an die Harmonie und die Giltigkeit der Gesetze. Doch dürfen wir uns nicht beeinflussen lassen und auf unseren Wegen die unsichtbaren Quellen der Hilfe anerkennen, die uns neuen Mut geben, unser Ziel zu erlangen.

Unsere Losung muß heißen: „Vorwärts und nie rückwärts!" Mit erhobenen Händen und sehenden Augen wollen wir den Pfad betreten, der zu den Höhen führt, damit die Zeit nicht komme, da unser sehnsüchtiges Verlangen, das unser Herz schlagen macht, nicht beruhigt und nicht gestillt ist.

Nicht dadurch, dass wir eine grosse Anzahl von Pflichten erfüllen, nicht dadurch, dass wir Besitztum und Genüsse haben, sondern durch den Seelenfrieden, durch die Befreiung unseres Gemütes von Last und Sorgen werden wir irdisches Glück erreichen. Möge jeder Mensch nicht mehr Pflichten und Verantwortungen haben, als er zu erfüllen imstande ist. *Fred. Burry.*

Geist und Materie.

Von William E. Towne.

Die Metaphysiker behaupten, daß alles in der Welt Geist ist, und daß es sich infolgedessen erübrigt, über den Körper und über körperliche Übungen nachzudenken. Sie glauben, daß man jeden physischen Mangel nur durch geistige Kraft überwinden kann. Wenngleich etwas Wahres daran ist, so ist der Weg, den sie vorschreiben, dennoch nicht der kürzeste und beste, denn das einfachste und natürlichste Verfahren wird selbstverständlich immer das sein, seinen Körper und Geist in Harmonie mit den Gesetzen der Natur zu bringen. Gewiß, „alles ist Geist," doch der Geist offenbart sich nur durch den entgegengesetzten Pol, durch die Materie, und es wäre ebenso unwissenschaftlich, die Gesetze der Natur, die sich durch die Materie offenbaren, unbeachtet zu lassen, wie die Gesetze des Geistes nicht anzuerkennen. Durch die Erkenntnis, daß „alles Geist ist", macht der Mensch sich zum Herrn über seine Umgebung, und gelangt er auf dem kürzesten Wege zur Offenbarung dieser Macht.

Dennoch wäre es natürlich ein Irrtum, wollte man annehmen, daß man z. B. ein zerbrochenes Glied nur durch geistige Wissenschaft heilen kann, anstatt in solchem Falle einen geschickten Chirurgen seines Amtes walten zu lassen.

Das Klügste, was man in einem solchen Falle tun könnte, d. h. der kürzeste Weg, den man zur Wiederherstellung eines zerbrochenen Gliedes nehmen sollte, wäre natürlich der, sich von einem geschickten Wundarzte zuerst behandeln zu lassen und dann, nachdem man physisch einigermaßen hergestellt ist, die geistige Wissenschaft in Anwendung zu bringen, um die Schmerzen zu lindern und eine raschere Gesundung zu ermöglichen. Gegen ein solches Verfahren hatte selbst die strengste Metaphysikerin, Mary B. Eddy, nichts einzuwenden.

Dasselbe Prinzip sollte man für alle Übungen, die der Gesundheit zuträglich sind, durchführen. So z. B. sollten Menschen, die eine sitzende Lebensweise führen müssen, wenigstens einen geringen Teil ihrer freien Zeit dazu verwenden, um Übungen im Freien vorzunehmen, damit neben dem Geist auch der Körper zu seinem Rechte komme. Ich will den Geist absolut nicht beschränken, jedoch stelle ich die Behauptung auf, daß Geist und Körper zu-

sammen mehr zu wirken imstande sind, als der Geist allein. Was sollte es z. B. schaden, wenn ein Mensch, der den ganzen Tag gebückt gesessen hat, durch tiefes Atemholen seine Lungen mit Sauerstoff füllt? Es gibt Menschen, die behaupten, daß diese Übung eine Rückwirkung auf das Hirn habe. Diese Behauptung hat nur bei Menschen ihre Berechtigung, die es nicht gewohnt sind, körperliche Übungen zu machen und bei solchen, die sie unvernünftig betreiben.

Jeder, der sich persönlich von meiner Methode überzeugt hat, wird zugeben müssen, daß es gut ist, der physischen Seite des Lebens ein ebenso bedeutendes Gewicht beizulegen, wie der geistigen. Sobald wir aufhören, ein Organ unseres Körpers zu gebrauchen, verliert dieses Organ die Fähigkeit zu seiner Arbeit. Die physischen Übungen erhalten den Organen ihre Lebenskraft; wenn z. B. der Magen jahraus, jahrein mit Speisen überladen wird, so wird es natürlich unmöglich sein, durch geistige Kräfte allein die Funktionen des Magens zu regeln. In diesem Falle wird man in erster Linie die Speiseaufnahme regeln müssen, um den geradesten Weg zur Gesundheit zu beschreiten. Hier bedeuten physische Übungen so viel wie geistige Wissenschaft. Wir müssen handeln, um zu existieren, dann sind alle Methoden geistige Methoden.

Behandlung von Unglücksfällen.

Von James Braid.*)

Die Erfolge, die von meinen anderen Behandlungen der Taubstummen bekannt wurden, führten mir neulich einen neuen Patienten, die Schwester einer Dienstmagd zu, deren Herrschaft ich besuchte.

Am 9. August 1843 brachten mir die Eltern ihre 9½jährige Tochter, Sarah Taylor mit Namen. Das Mädchen war für sein Alter sehr klein, hatte einen großen Kopf und einen sehr dummen Ausdruck im Gesicht. Es war ein Siebenmonatskind, das nur mit größter Mühe am Leben erhalten werden konnte. Als es älter wurde, gab es — zum Entsetzen der Eltern — nie einen Laut von sich und hörte auch keinen Ton, den man zu ihm sprach. Man konnte sich nur durch Bewegungen mit dem Kinde verständigen. Durch die Bewegung der Lippen hatte man dem Mädchen beigebracht, fast lautlos die drei Worte: „Vater," „Mutter," „Schwester" auszusprechen. Nachdem sie von mir einer drei- bis viermaligen Behandlung unterworfen wurde, lernte sie einige Worte sprechen und machte, als ich ihr die Tonleiter vorsang, den Versuch, sie nachzusingen. Einige Tage nach meiner vierten Behandlung wurde sie in Gegenwart einer Anzahl Zeugen und Sachverständigen untersucht und erwies sich als ein höchst brauchbares Mädchen, das auch in der Schule gute Fortschritte machte. Ja, kürzlich brachte sie es sogar fertig, mit einer anderen Patientin zusammen ein Lied, das sie noch nie gehört hatte, und das ein Musiklehrer auf dem Klavier vorspielte, im Schlafzustande nachzusingen.

Es ist überhaupt eine merkwürdige Tatsache, daß Menschen, die ein mangelhaftes musikalisches Gehör haben und nicht imstande sind, die einfachsten Melodien richtig zu singen, im Schlafzustande oft die schwierigsten Tonübungen machen können. So experimentierte ich an einer jungen Dame, die in wachendem Zustande keinen richtigen Ton herausbrachte und auch kein Gedächtnis für Musik hatte, während des hypnotischen Schlafes jedoch schön, sicher und voll richtigen Empfindens sang. Möglich, daß diese Unfähigkeit von einem Mangel der Gehörorgane herrührt, möglich, daß es seine Ursache in einem nervösen Zustande der Stimmorgane hat, wie dem auch sei — der Erfolg war in allen Fällen der gleiche.

Am 7. Juli 1842 wurde ich von Herrn Alexander M' Roberts konsultiert, einem jungen Mann von 29 Jahren, der in Manchester wohnte. Er erzählte mir, daß er nie imstande gewesen sei, zwei Töne hintereinander richtig herauszubringen. Ich hypnotisierte ihn, ließ ihn 10 Minuten lang im Schlaf und erweckte ihn dann wieder. Einer der anwesenden Herren spielte die Tonleiter, und bald konnte mein Patient sie richtig vor- und rück-

*) Siehe Seite 25—27, 45—46, sowie 54 u. 55.

wärts singen. Bald hatte ich ihn so weit, daß er schlafend und wachend in Gegenwart von Zeugen „Robin Adair" und andere schwierige Lieder korrekt und voll Empfindung hervorbrachte. Was Herr James Reynolds, Herr Daniels, Herr James Braid und dessen Neffen bezeugen konnten.

Viele Freunde von Herrn M' Roberts, die von seiner Unfähigkeit auf musikalischem Gebiet überzeugt waren, waren von meinen Erfolgen sehr überrascht, um so mehr als Herr M' Roberts nach nochmaligen Behandlungen selbst schwierige Lieder mit ziemlicher Treffsicherheit zu singen imstande war.



Gleiches erzeugt Gleiches.

Blickst du in das Auge deines Bruders und siehst du darin ein zartes Feuer der Liebe oder eine wilde Glut des Hasses brennen, so wird deine Seele, unwillkürlich und unbewußt, davon ergriffen und entweder in Liebe oder Haß mitschwingen, verursacht durch die wunderbare Kraft, die von Mensch zu Menschen strahlt.

Thomas Carlyle.

Der größte Unglaube unserer Zeit ist, zwischen Glauben und Tat zu scheiden. *John P. Cooke.*

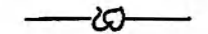
Die Gedankenkraft.

Die Tat ist das Wachstum des Gedankens, der Gedanke ist die Art und Weise der Handlung. Die Gedanken finden sich nur in der Gesellschaft von ihresgleichen, durch die Konzentration gelangen wir zum Vertrauen zu unseren Gedanken. Der Mensch selbst besitzt die Macht, seine Gedanken zu dirigieren und zwischen gut und böse zu wählen.

Die Gedanken der Vorzeiten schwingen noch in der heutigen Atmosphäre. Die empfängliche Seele kann diese Ausdrücke der Wahrheit in ihrem innersten Bewußtsein aufnehmen.

Die Gedanken kommen uns durch jeden Lichtstrahl, der unser Auge trifft, und kein Gedanke, der seinen Ursprung in der Gottheit hat, kann dem menschlichen Organismus hinderlich sein. Die Gedanken, die den Menschen physisch oder psychisch hinderlich sind, haben ihren Ursprung im Menschen selbst und tragen den Keim zu ihrer eigenen Auflösung in sich.

S. A. Weltmer.



Glückliches Leben.

Von Dr. C. W. Close.

„Liebe deine Feinde!" — Jesus.

Arbeite mit dem Gesetz, und du wirst frei sein!

Arbeitest du gegen das Gesetz, so wird es dein Gegner werden und dich unterjochen.

Wenn du mit deinem Gegner übereinstimmst, so stehst du über den Gesetzen und bist Herr derselben.

Die einzigen Gegner, die der Mensch hat, sind seine eigenen Schöpfungen, und es liegt in seiner Macht, seine Feinde zu seinen Freunden zu machen. Wir sprechen immer von der Überwältigung der Sünde, des Irrtums, der Krankheiten, des Todes; doch der einzige wahre Weg, allem Übel zu widerstehen, ist, seine ganze Aufmerksamkeit dem Guten zuzuwenden.

Dasjenige, was uns am meisten Sorge macht, ist, daß wir zu viel in der Vergangenheit und Zukunft und zu wenig in der ewigen Gegenwart leben.

Wir verweilen in der Vergangenheit, denken darüber nach, welche Fehler wir begangen haben und wieviel besser es für uns und andere gewesen wäre, hätten wir das Gegenteil getan. Doch wir begehen diese Fehler ja von neuem, indem wir fortwährend an sie denken, denn die Gedanken daran zerstören die Freuden unseres Lebens, halten uns in Fesseln und machen uns auf diese Weise bedrückt und unfrei.

Wenn die Vergangenheit vor unserm Auge aufsteigt, dann sollen wir sie abschütteln und uns vor Augen führen, daß sie tot ist, und nichts in der Welt sie wieder lebendig machen kann. Wir aber leben nicht in der Vergangenheit, wir leben in der Gegenwart.

Und wiederum machen wir uns Sorge wegen unserer Zukunft. Wir bauen Pläne, setzen Hoffnungen auf die nächsten Tage, die nächsten Wochen, und so verbrauchen wir unsere Kraft und Energie in nutzlosen Bestrebungen, unsere Zukunft einzurichten, und wir verlieren auf diese Weise das Glück, das uns heute hätte beschieden sein können.

Das Heute gehört mir, darum will ich dem Heute leben; ich will aus jedem Augenblick das meiste Gute

ziehen und jeden Augenblick mir meines Daseins mit Freuden bewußt werden. Ich will meinen Geist nicht mit ängstlichen Gedanken verschwenden über das, was vergangen ist, und ich will nicht grübeln über das, was kommen wird. Die Gegenwart soll triumphieren.

Dann wird die Luft um uns herum rein werden, die Sonne unseres Lebens wird heller scheinen, wir fühlen, daß wir uns in einer Flut von Glück und Gesundheit befinden.

Ja, Gesundheit! Unser Geist erholt sich und erkennt die Schönheiten und Harmonie des gegenwärtigen Augenblicks an, wenn durch die Türen der Seele das Licht des Lebens und der Harmonie hereinströmt. Wir werden dann erkennen, daß es nichts zu überwinden gibt. Denn alle diese Geister der Verzweiflung, gegen die wir blindlings kämpften, sind verschwunden; wir sind freie Menschen; frei von drückender Vergangenheit und düsterer Zukunft und sind in vollkommener Übereinstimmung mit dem Gesetze des ewigen und allmächtigen Jetzt. Bald werden wir einsehen, daß wir keine Gegner zu überwinden haben; denn es sind keine, daß wir uns unnötige Arbeiten und Sorgen machen, und daß wir uns einen Feind schaffen. Sich Sorgen machen, ist Verschwendung von Zeit, Energie und Zufriedenheit. Willst du glücklich sein und erfolgreich im Leben, so bilde dir eine Art sorgenfreies Denken; habe einen unbegrenzten optimistischen Glauben und Zuversicht zu deinem eigenen freien Geist. Dann wird Erfolg, Gesundheit und Glück jeden Augenblick deines Lebens begleiten.

Die einzige wirkliche Macht in der Welt ist die Macht des menschlichen Gedankens.

Der menschliche Verstand ist Gottes Anwalt auf Erden, der nach einem besseren Leben auf Erden strebt.



Ein Fall von Furchtgedanken.

Von William Walker Atkinson.

Ein Mitglied unseres psychologischen Vereins schrieb mir vor kurzem folgenden Brief:

„Wie steht es mit den Menschen, die außerhalb der Gesetze geboren sind? Ich möchte Ihnen ein Ereignis aus meinem Leben mitteilen, das ebenso gut auf mich, wie auf hundert andere Bezug hat. Vor einiger Zeit reiste ich nach einer Stadt, um mich dort um eine Stelle zu bewerben. Ich konnte lange Zeit nicht den Mut finden, in das Geschäft einzutreten, ging hin und her, schalt mich selbst einen Narren und trat dann endlich ein. Ich beantwortete alle Fragen zur Zufriedenheit des Chefs und glaubte schon, ich würde den Posten bekommen, als er mich plötzlich mit einem durchdringenden Blick ansah und sagte: „Ich glaube kaum, daß ich Sie gebrauchen kann, ich habe kein Vertrauen zu Ihnen."

„Das wundert mich nicht," antwortete ich, „ich habe kein Vertrauen zu mir selbst," wandte mich um und ging hinaus.

Während meines ganzen Lebens schüchterte mich die Anwesenheit Fremder stets so sehr ein, daß ich zu stottern begann und keinen zusammenhängenden Satz reden konnte. Ich bin mein ganzes Leben lang ein verschüchterter, verängstigter Mensch gewesen, und habe es auf diese Weise zu nichts gebracht. Wenn ich die „Neuen Gedanken" vierzig Jahre eher gekannt hätte, wäre ich heute ein anderer, als der ich bin. D. W."

Natürlich war es mein eifrigstes Bestreben, nachdem ich diesen Brief gelesen hatte, dem Manne zu helfen, denn ich kenne den Alb der Furcht selbst, der sich lähmend auf uns legt, und der nutzlos ist und keinen Grund hat. Ich glaubte, daß das Buch „Neue Gedanken" für jeden Menschen heilbringend sein müßte und imstande wäre, das Ungeheuer Furcht aus jedes Menschen Seele zu vertreiben. Doch wurde ich leider eines anderen belehrt, und bald sah ich ein, daß ich hier eine kräftigere Kur anwenden müßte.

Es gibt Menschen, die so lange und so oft ihr „ich kann nicht" behaupten, bis sie es wirklich glauben. Mit einem gewissen Stolz erzählen sie, wie sehr

sie von den Menschen unterdrückt werden, wie außerordentlich schwach und elend sie sind, wie unglücklich sie sich fühlen, da das Schicksal ihnen so übel mitspielt. Sie brüsten sich mit ihrem Unglück, und würde Überfluß, Glück und Gesundheit ihnen plötzlich in den Schoß fallen, so würden sie das wahrscheinlich gar nicht als eine Wohltat empfinden, — hätten sie doch nichts mehr, worüber sie zu ihren mitfühlenden Freunden sprechen könnten.

Menschen, die da behaupten, daß sie ihr ganzes Leben lang nichts anderes sind, als ein wandelnder Leichnam, ein vom Unglück verfolgtes Geschöpf, wollen gar nichts anderes sein und sind es nur, weil es ihnen gefällt. Sie würden nichts schmerzlicher vermissen, als das teilnahmsvolle Mitleid ihrer Mitmenschen.

Ich selbst habe alle Sorgen gekannt, Demütigung, Verzweiflung, nichts ist mir erspart geblieben, und wie alte Bekannte aus einer traurigen Zeit, grüßen diese Empfindungen mich heut. Und dennoch weiß ich, daß es zwar unendlich schwer, aber dennoch möglich ist, sich von diesen Feinden zu befreien.

Der Schreiber des Briefes sagt, er sei außerhalb des Gesetzes geboren, und dabei ist er selbst ein Beispiel der Wirkung des Gesetzes. Das Gesetz arbeitet zweiseitig. Ein Mensch, der von sich behauptet, er sei nichts weiter als ein Wurm, den man treten müßte, als eine wandelnde Leiche, macht sich selbst zu dem, was er von sich behauptet. Denn die Gedanken gehen von uns selbst aus, nehmen die Form von Taten an und übertragen sich auf den Mitmenschen.

Wie kann man sich wundern, eine Arbeit nicht anvertraut zu bekommen, wenn man sich selbst nicht vertraut. Wir selbst haben es in unserer Gewalt, das Gesetz nach der anderen Richtung mit der gleichen Kraft wirken zu lassen, wenn wir unseren Gedanken eine andere Direktion geben.

Ich bin bei alledem imstande, nur den einen Rat zu geben: wer wirklich wünscht, daß das Glück zu ihm komme, wer den Schmerz, das Mißgeschick nicht — gleich einem schwachen Kinde — zärtlich an sein Herz zu drücken wünscht, der reiße mit aller Gewalt den Gedanken der Furcht und der Verzweiflung aus seinem Herzen. Wahrlich, es bedarf dazu nur der einen Frage: „Wovor fürchte ich mich, und was kann mir geschehen? Habe ich nichts Unrechtes getan, dann kann ich auch nicht erwarten, daß mir etwas Unrechtes getan wird. Und bald werde ich einsehen, daß diese Furcht nichts weiter ist, als eine Nervosität, die dem Mangel an Nachdenken und Selbstbeherrschung entspringt.

Die Anwendung des Talents.

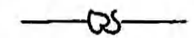
Man braucht nicht ein ganz großes Talent zu sein, und kann doch nach Größe streben. Das Talent treibt den Menschen dazu, das zu tun, was seines Amtes ist. Maler werden malen, Poeten dichten und kaufmännische Genies an der Börse spekulieren, ohne daß man sie besonders dazu anzuhalten brauchte. Es ist ihnen ebenso etwas Natürliches, wie die Biene ihren Honig sucht, wie der Vogel singt und die Rose blüht. Der Ehrgeiz treibt sie von vornherein; die Sucht nach Ruhm läßt sie nicht schlafen, und der Wunsch nach Unsterblichkeit begleitet sie auf ihrem Lebenswege. Nichts in der Welt kann die Flammen des Genies verlöschen; weder die Eisberge des Nordens, noch der Wind der Wüste. Der menschliche Körper kann getötet, doch das Genie nie überwunden werden.

Als jemand den berühmten Prediger von Plymouth, Henry Ward Beecher, fragte, wie er zu seinem Berufe gekommen sei, antwortete er: „Ich konnte es nicht verhindern."

Als der kleine Mozart zum erstenmale die Tasten des Klaviers unter seinen Händen fühlte, begann er sofort zu spielen. In seinem zwölften Jahre komponierte er bereits, und mit 13 Jahren kannte ihn die ganze Welt. Elihu Burritt, der bekanntlich Schmied war, lernte mit einer Leichtigkeit, die ohnegleichen war, jede Sprache, die nur auf Erden gesprochen wurde. Er nahm alles in sich auf, und es gab kaum etwas auf Erden, was er nicht wußte. Doch es können natürlich nicht alle Menschen Talente oder gar Genies sein, und wir dürfen den Durchschnittsmenschen nicht weniger achten, weil er weniger befähigt ist. Wir verschmähen doch die Lampen nicht, weil es elektrisches Licht gibt, und nicht die Pferde, weil wir mit dem Schnellzug fahren können. Ein jeder Hügel kann kein Berg sein; wir verlangen nicht, daß jede Gans ein Schwan und jeder Vogel ein Adler ist, jeder Bach ein Strom und jede Quelle ein Meer; folglich dürfen wir auch von jedem Menschen nicht beanspruchen, daß er ein

Genie sei. Aber eines dürfen wir verlangen: daß jeder Mensch gut sei; daß jeder Mensch seine Gedanken erheben kann und besser und reiner wird durch sie. Arbeitet an euch, um zu einem höheren Selbst, zu einem nützlichen Teile des allgemeinen Ganzen zu gelangen! Immer sollen wir uns Mühe geben, zu helfen, sei es mit einem freundlichen Worte, sei es nur mit einem Lächeln. Es ist ein eigenes Talent, unseren Mitmenschen nützen zu können. Mit jedem Tage sollen wir uns bemühen, besser zu werden, damit wir am Ende unseres Lebens mehr sind, als wir zu Anfang waren. Und ist einem von uns kein Genie beschieden, so müssen wir bedenken, daß wir große Gaben besitzen, wenn wir gesund sind, Nahrung, Wasser und Luft haben, und daß wir reich begnadet sind, wenn wir sehen, sprechen und hören können. Seien wir dankbar, daß dieser Segen uns zuteil wurde, und vergessen wir nicht, daß es Menschen gibt, die Millionen besitzen und sie opfern würden, um in den Besitz der vollständigen Gesundheit zu gelangen.

Wir wollen danken für den Segen, der uns mit diesen Gaben zuteil wurde; sie setzen uns in die Lage, unser Leben glücklich und erfolgreich zu gestalten.



Die Bewegung der „Neuen Gedanken".

Die „Neuen Gedanken" wollen keine Kirche bilden und keine Sekte organisieren. Sie halten sich jeder Form von Glaubensbekenntnis und jedem Versuch, ihren Glauben zu erklären, fern.

Emerson hatte einen großen Einfluß auf diese Bewegung, und seine theologischen Ansichten sind auch die Ansichten der „Neuen Gedanken." Der Verein, der die Bewegung der „Neuen Gedanken" repräsentiert — wie z. B. der metaphysische Verein in Boston — muß häufig Versammlungen abhalten, um Vorlesungen zu hören, oder um über die Theorien der „Neuen Gedanken" Erörterungen zu geben, doch darf er in keinem Falle einer Kirche gleichen. Die Führer der „Neuen Gedanken" hoffen ja durch ihren Geist die Kirchen zu verbessern. Professor Griggs hielt vor einiger Zeit einen Vortrag über den Geist der „Neuen Gedanken", durch den er sich als mit den „Neuen Gedanken" durchaus verwandt erklärte. Von vielen Seiten wurde ihm der Vorwurf gemacht, daß seine Stellung in diesem Punkte unqualifizierbar sei. Doch diejenigen, die ihm den Vorwurf machten, bewiesen nur, daß sie in den Geist der „Neuen Gedanken" nicht eingedrungen waren. Es gibt Menschen, die alles das aussprechen, was sie wissen und glauben, doch die Anhänger unserer Richtung, die in dem Punkte alle Schüler Emersons sind, halten das Geistige für zu groß und zu erhaben, um es in Worten definieren zu können, oder es mit dem Maßstab irgend einer Philosophie zu messen.

Die Vertreter der „Neuen Gedanken" glauben an die „geistige Heilung" und sind auch in diesem Punkte Schüler Emersons. Emerson erklärte, daß der größte Teil der Krankheiten seine Ursache in dem Mangel, gesund zu denken und dem Geiste Herrschaft über den Körper zu geben, habe. Die Behandlung dieser Krankheiten muß daher auch geistig und nicht physisch sein. Die Anhänger der „Neuen Gedanken" waren es, die zuerst seine Theorie in die Praxis umsetzten; ihm gebührt die Anerkennung für die Aufstellung der Theorie; die anderen haben das Verdienst der Anwendung.

George Willis Cook.



Selbstheilung durch die Macht der Gedanken.

Von William Walker Atkinson.*) (Fortsetzung.)

Ich sprach in meinem vorigen Artikel bereits darüber, wie die Natur den menschlichen Körper konstruiert und ihn durch die Blutzirkulation ernährt. Ich erklärte, wie das Blut jedem Organ, jeder Zelle des Körpers Nahrung zuführt, die es stärkt und heilt. Ich bewies, daß kein Teil des Körpers, kein Organ gesund und fähig sein kann, eine Arbeit zu verrichten,

*) Siehe Seite 49—51.

wenn sie nicht ordentlich ernährt werden, und daß das Blut der einzige Nährquell sei. Ich wies auch darauf hin, wie es möglich sei, die Blutzirkulation zu regeln. Ich erklärte die Wichtigkeit des Blutumlaufes, und ich möchte heute darüber sprechen, wie die durch das Blut zugeführte Nahrung erhalten wird.

Wir wissen, daß der Mensch seine Stärke aus seiner Nahrung, aus den Getränken und aus der Luft erhält. Die Nahrung dient dazu, das zu ersetzen, was sein Körper täglich verbraucht. Das Wasser macht die Organe fähig, zu arbeiten, die Luft führt den Sauerstoff ins Blut, welcher die Unreinigkeiten in helle, rote Blutkörperchen verwandelt. Im folgenden will ich über das Hauptleiden der Menschen, das Magenleiden, sprechen. Der Magen ist das Organ der Ernährung und als solches für geistige Einflüsse sehr empfänglich. Wir alle wissen, wie sehr der Appetit durch einen häßlichen Anblick, durch eine Erinnerung an etwas Schreckliches, durch traurige Nachrichten, durch Furcht, Neid und Haß und andere Gemütsbewegungen beeinflußt wird. Alles, was die Verdauung und die Aufnahme der Nahrung stört, vermindert die Kraft, die die Natur dem Menschen gab. Menschen, die sich jahrelang in einem düsteren geistigen Zustand befinden, verlieren gewöhnlich an Körpergewicht und Kraft, weil das Blut nicht genügend die Organe versorgt.

Es kommt beim Essen nicht auf die Menge der Speisen an, sondern nur darauf, wieviel man davon verdaut und Nutzen hat. Für den Menschen ist es absolut unmöglich, unter fortdauernder Unruhe oder Gemütsbewegung seine Gesundheit zu erhalten. Sobald wir von Furcht gequält werden, legt es sich wie ein Druck auf unseren Magen, dadurch werden alle Teile des Körpers, die Qualität des Blutes und die Organe beeinflußt. Haben unsere Ernährungsorgane nun gelitten, so können wir sie nur durch Sendung zunehmender Nervenströmungen oder Gedankenkräfte wiederherstellen und so unsere normale Gesundheit wiedererlangen. Die Gesundheit hängt zwar hauptsächlich von der geistigen Verfassung eines Menschen ab, dennoch möchte ich, um die einzelnen Organe im Falle eines Leidens zu heilen, die Gedankensuggestion mit dem Gebrauch der Hände anraten. Jemand, der auf diesem Wege lange Übung hatte, und der eine große Herrschaft über seine Geisteskräfte besitzt, kann den Teilen, die einer Reizung bedürfen, direkt einen Gedankenstrom ohne Gebrauch der Hände zuwenden. Doch da die Mehrzahl der Menschen dieses Stadium noch nicht erreicht hat, und viele auch die Ausdauer nicht besitzen, um so weit zu kommen, so möchte ich den leichtesten Weg, den der Selbstsuggestion und den Gebrauch der Hände, anraten. Die Worte müssen entweder leise oder mit natürlicher Stimme gesprochen werden. Die Hauptsache ist, daß sie mit Sinn gesprochen werden, um sie als Hilfsmittel für den Gedanken zu benutzen.

Selbstbehandlung.

1. Um die Zirkulation des Blutes auszugleichen, streiche man mit den Händen an dem Körper entlang und spreche die Worte: „Ich regele den Umlauf meines Blutes, führe es durch den Körper, damit es jedem Teil, jedem Organ und jeder Zelle zufließe, den Körper stärke, nähre und aufbaue, und das schlechte Material durch neues ersetzt werde. Jedes Organ meines Körpers verrichte seine Dienste nach seiner Bestimmung, und ich öffne jede Zelle, um den von meiner Seele ausgesandten Gedanken zu empfangen."

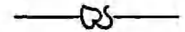
2. Dann mache man einige Minuten Pause, lege die Hände auf die Stirne und lasse sie da einige Augenblicke ruhen, indem man einen Strom von Gedanken dieser Gegend zuwendet und sagt: „Ich sende jetzt einen Strom heilender Gedankenmacht den Hauptorganen meiner Ernährung zu und reize sie dadurch an, ihre Arbeit normal und natürlich zu verrichten."

Man wiederhole diese Selbstsuggestion mit Verständnis und Ernst, und bald wird man einen stärkenden Strom durch den Körper rinnen fühlen, der die Nerven besänftigt und beruhigt.

3. Man lasse die Hände mit einer sanften Bewegung über den Leib gleiten, damit der Gedankenstrom jeden Teil der Ernährungsorgane durchdringt und spreche dabei folgende Worte: „Ich sende meinen Organen der Verdauung einen Gedankenstrom zu, und veranlasse sie auf diese Weise, ihren Dienst zu versehen. Ich habe den Appetit eines gesunden Menschen, mein Magen ist gesund und stark. Er verrichtet seine Arbeit gut und wird jeden Tag besser."

Man spreche die Worte „stark und gut" laut aus und wiederhole sie. Die Worte müssen gleichsam das äußere Zeichen des inneren Empfindens und Wunsches sein. Ich habe viele Fälle

von Verdauungsbeschwerden, von nervösen und organischen Magenleiden gehört, die durch dieses System der Behandlung vollständig geheilt wurden; nur müssen die Kranken natürlich ernstlich an die Arbeit gehen und ihren ganzen Geist auf die Ausübung dieser Methode konzentrieren. Sie werden bald erfahren, daß es keine leeren Theorien sind, die ich ihnen vorschlage, sondern wahrhaft ernste, praktisch erprobte Heilmethoden. Ich empfehle meinen Lesern, diesen Artikel mit Verständnis zu lesen, seine Ratschläge zu üben und zu befolgen, auch wenn der Erfolg sich nicht sofort einstellen will. Sie geben Verordnungen, für die man, um sie von Autoritäten zu erlangen, Geld und Zeit verschwendet, und die doch nur das gleiche Resultat zeitigen.



Die verschiedenen Begriffe der Glückseligkeit

„Glückseligkeit" ist die ruhige Verwirklichung der inneren Harmonie.

„Glückseligkeit" erlangen wir durch die Befriedigung unserer natürlichen Instinkte und durch die Abwesenheit aller körperlichen und geistigen Sorgen, die zum Stadium der inneren Harmonie führt.

„Glückseligkeit" bedeutet die Verwirklichung aller Hoffnungen, Wünsche und des Ehrgeizes.

„Glückseligkeit" ist die Gesundheit des Körpers, der Seele und des Geistes (das ist gleichzeitig die Definition der Heiligkeit. — D. Red.).

Wahre „Glückseligkeit" ist die Freude und Fröhlichkeit des Herzens, die der unerwarteten Erfüllung lang gehegter Hoffnungen entspringt, indem wir unseren Mitmenschen helfen und dienen.

Die Definition von „Glückseligkeit" ist: mit sich selbst und mit der Umgebung harmonisch zu leben.

Die „Glückseligkeit" beruht nicht in den Empfindungen, sondern in der richtigen Anwendung unserer Macht.

„Glückseligkeit" ist das Gefühl der Freude und des Friedens, den diejenigen erlangen, deren Taten und Gedanken der Liebe entspringen, die das Böse durch das Gute überwinden; die das Vertrauen zu dem Gott der Liebe haben, und die wissen, daß die Liebe eins ist mit der ganzen Schöpfung.

„Glückseligkeit" ist Harmonie; vollkommene „Glückseligkeit ist begründet auf einem vollständigen Einvernehmen mit den Geistern der göttlichen Liebe, die durch jedes Atom des Weltalls vibriert.

„Glückseligkeit" ist die Forderung unseres göttlichen Geburtsrechtes. Wollen wir „glückselig" bleiben, dann darf unser Geist nicht am Irdischen haften; mit dem Göttlichen, das in uns lebt, müssen wir das Unsterbliche verlangen.

Die wahre Individualität wird so lange unmöglich bleiben, bis wir auf einen sozialen Zustand kommen, da die materielle Seite des Lebens etwas Selbstverständliches, beinahe etwas Mechanisches wird. — Von allen natürlichen Forderungen und Bedürfnissen ist das natürlichste, das Bedürfnis nach Schönheit. Die Schönheit ist etwas Unabweisliches, mächtig und nützlich zugleich. Nichts ist in der Natur ohne Schönheit.

Havelock Ellis.

Die Macht der Höflichkeit.

Wir alle bewundern und verehren die Menschen, die, aus einem inneren Bedürfnis heraus, höflich, gefällig und rücksichtsvoll sind. Professor Drummond sagt über die Höflichkeit: „Höflichkeit ist die Liebe in der gesellschaftlichen Ordnung und beträgt sich nie taktlos und ungebührlich. Sie ist die Liebe in kleinen Dingen, und das ganze Geheimnis der Höflichkeit ist die Liebe. Menschen, die wenig Erziehung genossen haben, und deren Herz voller Liebe ist, kann man den Zutritt zur höchsten Gesellschaft gewähren, ohne fürchten zu müssen, daß sie Anstoß erregen werden. Denn sie sind so natürlich taktvoll, daß sie keine Fehler begehen können. Carlyle sagt, indem er von Robert Burns spricht, daß es keinen vornehmeren Menschen gäbe als einen Dichter. Ein Dichter birgt in seinem Herzen einen unendlichen Schatz von Liebe, von dem kleinsten Tiere, der unbedeutendsten Blume angefangen, bis hinauf zu den Menschen. Darum kann er sich überall bewegen, von den Palästen der Reichen angefangen, von den Schlössern der Könige bis zu den Hütten der Ärmsten aller Armen. Er ist im wahrsten Sinne des Wortes das, was wir einen Gentleman nennen, d. h., er ist ein vornehmer Mann, ein Mensch, der alles aus Liebe tut und daher rücksichtsvoll — aus innerer Natur heraus — handelt.

„Die Liebe beträgt sich nie ungebührlich." In diesen wenigen Worten ist das Geheimnis der wunderbaren Macht enthalten, die den Menschen bezaubernd und anziehend macht. Der wirklich höfliche Mensch ist liebenswürdig aus Liebe zur Natur, aus Liebe zu seinen Mitmenschen, und auf diese Weise bleibt er stets angenehm. Den persönlichen Zauber können wir uns nur dann erwerben, wenn unser Herz voll Liebe ist, wenn wir ruhig und bescheiden, gütig und gefällig sind. Dann wird die Menschheit uns lieben, wie wir die Menschen lieben.

Wahrlich, die Liebe beträgt sich nie ungebührlich!

Die alte Meinung, daß die bedeutungsvollste Stunde des Tages die Stunde vor Tagesanbruch ist, enthält eine tiefe Wahrheit. Wenn der Verstand für neue Wahrheiten reift, häufen die alten Ideen sich berghoch auf und erdrücken uns fast, ehe wir unser Gesicht den neueren und besseren zuwenden. Darum ist es gut, in dieser Stunde vor Tagesanbruch zu leben und unser Hirn zu benutzen, um unseren Leiden zu entfliehen. Jede Bewegung ist besser als Untätigkeit, denn in unserer Untätigkeit fliegen wir dem Tode entgegen. — H. W. P.

Atemübungen.

Der hochwürdige Herr Chauncy Hare Townsend schreibt in seinem Buche folgendes über gymnastische und Atemübungen:

„Ein Mann lege sich der Länge nach auf den Rücken, an jeder seiner Schulterseite steht ein Mann, und je zu seinen Füßen stelle sich ein Mann auf. Diese vier Personen legen jede einen Zeigefinger unter den Mann, der ausgestreckt daliegt. Dann atmen die fünf Personen gleichzeitig viermal, und bei dem vierten Einatmen heben die vier Personen mit der Fingerspitze den Mann mit einer Leichtigkeit auf, die ganz wunderbar erscheint."

Dr. Townsend bemerkt, daß der Versuch nur dann glücken kann, wenn das Atemholen zusammen geschieht. Doch Henry Harrison Brown, eine andere Autorität auf diesem Gebiete, behauptet, auf diese Weise mit einem Freunde die schwersten Lasten aufgehoben zu haben und meint ferner, daß Menschen durch Übung im Atemholen auf diese Weise das Gesetz der Schwerkraft praktisch aufheben können.

Townsend sagt in seinem Buch, daß irgend ein Prinzip der Kraft durch den Willen der Allmacht gewissen Personen beigefügt zu sein scheint und daß die Anhäufung dieser Prinzipien einen Wechsel in der Schwerkraft des Körpers erzeugt.

Es ist bekannt, daß die Muskeln eines Menschen schwere Gewichte ertragen können. Fast jeder Arbeiter holt, bevor er eine schwere Arbeit verrichtet, unbewußt einen tiefen Atemzug. Wir selbst atmen tief bei großen körperlichen und seelischen Schmerzen.

Dr. Geo. F. Foote schrieb vor einigen Jahren: „Ein Muskel, der von dem Geist beherrscht und von der Lebenskraft angefeuert wird, ist imstande, 200 Pfund zu heben. Derselbe Muskel würde, sobald er vom Körper entfernt ist, nicht fähig sein, 50 Pfund zu tragen, ohne zu zerreißen. Die lebende Materie gehorcht der Kraft, die tote Materie besitzt nur die zusammenhaltende Kraft.

Dr. Foote spricht von einem Mann, der imstande war, 50 Pfund mit ausgestrecktem Arm zu halten; er erläutert auf diese Weise die Kraft des Geistes über den Organismus und erklärt, daß diese selbe Macht doch in Fällen von Krankheiten eine entsprechende heilende Wirkung mit sich führen müsse.

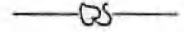
Strecke deine Hand vor, indem du deinen Arm so gespannt wie möglich hältst; ziehe zur selben Zeit den Atem tief und voll ein und atme langsam aus; dann wirst du sehen, wie die Muskeln erschlaffen. Versuche dieses Experiment mit den Armen und mit den Beinen zugleich, dann wird es in deinen Muskeln zu prickeln beginnen, das Blut rollt rascher durch deinen Körper. Du wirst dich danach vielleicht etwas ermüdet, aber frisch und belebt fühlen.

William T. Harris schreibt in seinem Artikel: „Erinnerungen eines roten Schulhauses" folgende eigentümliche Begebenheit: „Ich beobachtete eine Menge Knaben, die Bienen und Wespen in der Hand halten konnten und doch nicht gestochen wurden, weil sie den Atem anhielten. Es ist nämlich eine alte Sage, daß Wespen Menschen nicht verletzen können, wenn der Atem angehalten wird."

Herr Harris befolgte dieses Beispiel selbst und zwar mit dem gleichen Erfolge. Er behauptet, aus diesem Grunde seit sechs Jahren noch nie von einer Biene gestochen worden zu sein,

obgleich die Imker an der Wirkung dieser Tatsache zweifelten.

Die Hindustaner behaupten, daß durch rhythmisches Atmen alle Moleküle des Körpers dieselbe Richtung erlangen, d. h., daß sie sich in Harmonie und Ordnung bewegen.



Naturheilmethode.

Wollt ihr gesund sein und lange leben, so öffnet eure Augen den Möglichkeiten eures Wesens und kommt der Natur nahe! Tiefes Atemholen ist eine der ersten Bedingungen, um gesund zu bleiben. Das Getränk bestehe aus frischem, reinem Wasser, um dem Organismus Flüssigkeit zuzuführen. Ein Luftbad, täglich eine halbe Stunde, wird in kurzer Zeit Wunder wirken, und wenn man es irgend ermöglichen kann, so gehe man täglich barfuß auf dem Erdboden, um den magnetischen Strom der Erde zu fühlen. Man esse mäßig, faste zuweilen und bemühe sich, reine und edle Gedanken zu haben. Man gehe aufrecht, mit erhobenem Kopfe und krieche nicht wie ein Wurm im Staube. Man lebe, um zu leben, und nicht, um zu sterben.



Über das Böse.

Von William Walker Atkinson.

Es gibt Menschen, die überall etwas Böses entdecken. Sie sehen in jeder Frau eine hinterlistige Person, die den Mann nur zu betrügen versucht, und in jedem Menschen wittern sie einen Schurken. Und merkwürdig! Diejenigen, die fortwährend fürchten, betrogen zu werden, werden gewöhnlich betrogen, und diejenigen, die nie etwas Gutes erwarten, finden gewöhnlich nur Böses. Der Grund ist nur zu natürlich. Menschen, die immer fürchten, übervorteilt zu werden, werden gewöhnlich versuchen, andere zu übervorteilen, und auf diese Weise begegnet man ihnen von vornherein mit Mißtrauen und Verachtung.

Solche Menschen sehen auch nichts wie Unglück in ihren Plänen; sie besitzen ein wahres Talent, alle Dinge verkehrt zu tun; sie fürchten von vornherein den Mißerfolg und lassen sich auch nie belehren.

Das „Ich kann" und „Ich will" ist für sie ein unbekannter Begriff, und sie haben auf alle Theorien und Ideen ein Wenn und ein Aber zur Antwort. Ihr Motto scheint zu sein: „Ich kann tun, was ich will — es mißglückt mir alles!" Furcht, Eifersucht und Mißtrauen sind ihre intimsten Freunde. Leute dieser Art gehören zu den unangenehmsten Vertretern des Menschengeschlechtes. Sie sind ständig von einer Gloriole von drückenden, düsteren Gedanken umgeben, die sich all' denen mitteilt, die mit ihnen in Berührung kommen. Befinden sie sich zusammen mit lustigen, fröhlichen Menschen, so wird nach einigen Sekunden die Unterhaltung zögernd und lau werden; der lustige Ton verschwindet, und bald haben alle dieses oder jenes auszusetzen. Diese Menschen löschen das Feuer der Energie in uns, sie drücken auf unseren Gedankenflug und säen in unser Herz den Samen zum Pessimismus.

Ich bemitleide diese Menschen aus der Tiefe meines Herzens. Sie kennen die Schönheiten und Freuden dieses Lebens nicht; sie wissen nichts von der Glückseligkeit eines warmen Herzens und einer brüderlichen Hand. Ihre Gedanken richten sich nur auf den Staub am Wege; sie sehen nicht das Blau des Himmels und den strahlenden Sonnenschein. Ihre Seele ist voll Mißtrauen, Furcht, kleinlichem Argwohn, und die Liebe findet keinen Platz in ihr.

Doch für viele von uns bildet dieser Pessimismus einen Weg zum Optimismus, und durch das Tal des Todes und der Schatten gehen sie ein zu den Pforten der heiligen Stadt.

„Kann man ein Leben ohne Pflichten leben?" Es ist die Pflicht dessen, der denkt, frei und nach seinen eigenen Gesetzen zu denken.

Der Mensch ist eine handelnde Kraft und ein Gesetz für sich selbst.

Thoreau.

Verantwortlicher Redakteur: H. J. Mac Donald, Berlin W. 8, Leipzigerstr. 101/102.
Druck: Naucksche Buchdruckerei, Berlin S. 14.